

**KAJIAN TERHADAP FAKTOR KEMURUNGAN BAGI PELAJAR
DARJAH EMPAT, DARJAH LIMA DAN DARJAH ENAM DI TIGA
BUAH SEKOLAH AGAMA DAERAH JOHOR BAHRU, JOHOR
DARUL TA'ZIM, MALAYSIA**

NORHAYATI BINTI YA'ACOB

Kertas Projek yang dikemukakan sebagai memenuhi sebahagian keperluan untuk
Ijazah Sarjana Muda dalam bidang Pengajian Islam

Fakulti Sains Sosial Gunaan

Open University Malaysia

2013

PERAKUAN

Nama : Norhayati Binti Ya'acob

No. Metrik: 660604015398001

Saya dengan ini memperakukan bahawa Kertas Projek ini adalah hasil kerja saya sendiri, kecuali untuk petikan dan ringkasan yang telah diperakui.

Tandatangan:

Tarikh: 3 April 2013

KAJIAN TERHADAP FAKTOR KEMURUNGAN BAGI PELAJAR DARJAH EMPAT, DARJAH LIMA DAN DARJAH ENAM DI TIGA BUAH SEKOLAH AGAMA DAERAH JOHOR BAHRU, JOHOR DARUL TA'ZIM, MALAYSIA

NORHAYATI BINTI YA'ACOB

Januari 2013

ABSTRAK

Kemurungan merupakan salah satu gangguan mental atau yang boleh dihadapi oleh sesiapa sahaja tanpa mengira jantina, usia, latar belakang hidup, status ekonomi, ras dan taraf pendidikan. Kemurungan juga kerap terjadi dalam kalangan pelajar sama ada di peringkat rendah, menengah mahupun universiti. Kemurungan dapat dikesan melalui tingkah laku pelajar seperti keresahan, tekanan dan stress. Faktor-faktor yang mempengaruhi kemurungan dalam kalangan pelajar sekolah agama kerajaan Johor ialah masalah halangan komunikasi, masalah interaksi sosial yang berkaitan dengan pergaulan rakan sebaya, masalah pencapaian prestasi akademik, kejutan budaya persekitaran, masalah keluarga dan peribadi. Kajian ini akan dijalankan ke atas pelajar di tiga sekolah agama Kerajaan Johor Darul Ta'zim Malaysia di Johor Bahru iaitu Sekolah Agama Dato' Onn Jaafar, Sekolah Agama Bandar Baru Uda dan Sekolah Agama FRU 2 (Federal Reserve Unit 2). Kajian ini akan menggunakan persampelan bertujuan (*Purposive sampling*) merujuk kepada prosedur persampelan yang mana sekumpulan subjek yang mempunyai ciri-ciri tertentu dipilih sebagai responden kajian. Seramai 254 pelajar digunakan sebagai sampel kajian. Penyelidik juga akan menggunakan Inventori Kemurungan Beck dan soal selidik yang mengandungi 3 bahagian iaitu Bahagian A: Latar belakang pelajar kemurungan. Bahagian B: Faktor-faktor dan jenis salah laku yang dilakukan pelajar kemurungan dan Bahagian C: Persepsi pelajar terhadap pendekatan kaunseling bagi menangani masalah kemurungan. Data akan dianalisis menggunakan Perisian SPSS versi 16.0. Hasil kajian ini diharapkan dapat memberikan jalan penyelesaian bagaimana masalah kemurungan dapat diatasi melalui kearah mendekatkan diri dengan agama dan keimanan.

PENGHARGAAN

Alhamdulillah, syukur ke hadrat Allah S.W.T dengan limpah kurnianya yang memberikan kesihatan yang baik sepanjang menjalankan projek ini yang bertajuk “*Kajian Terhadap Faktor Kemurungan Bagi Pelajar Darjah Empat, Darjah Lima Dan Darjah Enam Di Tiga Buah Sekolah Agama Daerah Johor Bahru, Johor Darul Ta’zim, Malaysia*” dengan jayanya.

Ucapan setinggi-tinggi penghargaan kepada penyelia kertas projek ini yang dikasihi **Ustaz Husamuddin Bin Hasbullah**, yang telah banyak memberikan bimbingan serta ilmu sehingga kertas projek ini dapat disempurnakan dengan idea-idea yang baik dan tunjuk ajar yang disampaikan telah mampu menghasilkan kertas projek ini.

Saya juga mengucapkan setinggi-tinggi penghargaan kepada Pejabat Pendidikan Agama Daerah Johor Bahru, yang telah memberi kebenaran untuk membuat kajian soal selidik di Sekolah-sekolah Agama Daerah Johor Bahru.

Penghargaan turut disampaikan kepada sekolah yang terlibat dalam kajian ini iaitu Sekolah Agama Dato’ Onn, Johor Bahru, Sekolah Agama Bandar Baru Uda, Johor Bahru dan Sekolah Agama FRU2 (Federal Reserve Unit 2) Johor Bahru yang telah memberi kerjasama dalam pengedaran borang kaji selidik kepada pelajar-pelajar.

Kepada rakan seperjuangan iaitu Ustazah Faridah, Ustazah Azlina dan lain-lain yang banyak membantu dan memberi saranan yang membina serta sentiasa memberi semangat dalam menyiapkan kajian ini. Diucapkan penghargaan yang penuh tulus ikhlas.

Penghargaan kepada suami tercinta Mohamed bin Omar, anakanda Amirah Binti Mohamed dan tidak dilupakan kepada anak-anak saudara Maisarah binti Abd. Razak, Mohd Nazri bin Abd. Razak dan Syed Mohd Hakim bin Syed Mohd. Basri serta En. Muhammad bin Sohaini (biras) yang telah banyak membantu dan memberi dorongan serta nasihat dalam proses menyiapkan kertas projek ini.

Terima kasih diatas sokongan kawan-kawan, ahli keluarga atas dorongan yang diberikan sepanjang tempoh menyiapkan projek ini.

ISI KANDUNGAN

BAB	TAJUK	MUKA SURAT
1	PENDAHULUAN	
	1.1 Pengenalan	1
	1.2 Latar Belakang Masalah	3
	1.3 Penyataan Masalah	5
	1.4 Persoalan Kajian	6
	1.5 Objektif Kajian	6
	1.6 Hipotesis Kajian	7
	1.7 Kepentingan Kajian	7
	1.8 Limitasi Kajian	8
	1.9 Definisi Istilah	8
2	TINJAUAN LITERATUR	
	2.1 Pengenalan	10
	2.2 Kajian Literatur	10
	2.3 Teori dan Konsep	21

3 METODOLOGI KAJIAN

3.1 Pengenalan	22
3.2 Reka Bentuk Kajian	22
3.3 Kerangka Teoretikal	24
3.4 Tempat Kajian	24
3.5 Sampel Kajian	24
3.6 Instrumen Kajian	24
3.7 Kaedah Pengumpulan Data	28
3.8 Analisis Data	29

4 ANALISIS DATA

4.1 Pengenalan	30
4.2 Analisi Maklumat Diri	30
4.2.1 Jantina	30
4.2.2 Pekerjaan Bapa	31
4.2.3 Pekerjaan Ibu	31
4.2.4 Taraf Pendidikan Bapa	32
4.2.5 Tempat Tinggal	32
4.3 Analisis Persoalan Kajian Pertama	33
4.4 Analisis Persoalan Kajian Kedua	35
4.5 Analisis Persoalan KajianKetiga	37
4.6 Rumusan	39
4.7 Penutup	39

5	KESIMPULAN	
5.1	Pengenalan	40
5.2	Perbincangan	40
5.2.1	Faktor Keluarga	41
5.2.2	Faktor Persekitaran	44
5.2.3	Faktor Sosial	49
5.3	Cadangan Kajian	52
5.4	Cadangan Kajian Lanjutan	59
5.5	Kesimpulan	59
	RUJUKAN	61
	LAMPIRAN	63

BAB 1

PENDAHULUAN

Dalam bab ini akan membincangkan mengenai kemurungan pelajar tentang pengenalan, latar belakang masalah, pernyataan masalah, persoalan kajian, objektif kajian, hipotesis kajian, kepentingan kajian, limitasi kajian dan definisi istilah.

1.1 Pengenalan

Kemurungan adalah sejenis penyakit mental yang banyak berlaku tetapi kurang didiagnosis sehinggalah masalah telah menjadi teruk dan memerlukan rawatan rapi. Hampir kesemua pesakit yang murung mengalami episod mood yang rendah, dan hilang minat sepenuhnya terhadap sesuatu aktiviti yang sebelum ini digemarinya.

Sering kesedihan, rasa cemas atau mudah marah, rasa rendah diri yang ketara, rasa bersalah tidak bertempat, rasa tidak berupaya, gelisah serta kesukaran menumpukan perhatian, mengingati maklumat atau membuat keputusan menjadi antara tanda-tanda kemurungan. Pesakit juga mungkin menyisihkan diri daripada masyarakat, keluarga atau rakan, dan mungkin wujud perasaan mahu atau cubaan membunuh diri.

Mereka yang murung juga mengalami simptom fizikal seperti berat badan atau selera makan meningkat (atau menurun), bangun terlalu awal, kurang bertenaga, sakit kepala, masalah penghadaman dan rasa sakit yang kronik. Orang di sekitar individu yang murung mungkin perasan penampilan yang semakin runsing.

Namun, bukan semua individu kemurungan menunjukkan kesemua atau simptom yang sama. Untuk mengelaskan seseorang itu sebagai murung, simptom tertentu (kecuali perasaan ingin bunuh diri) perlu hadir selama sekurang-kurangnya dua minggu.

Di kalangan kanak-kanak pula, simptom murung lebih sukar untuk dikenalpasti dan sering dianggap sebagai 'membuat perangai' semata-mata.

Kemurungan (depression) juga dikenali salah satu penyakit psikologi yang melibatkan tekanan perasaan yang serius kepada individu baik lelaki atau wanita, kanak-kanak, remaja, dewasa dan warga emas. Ia melibatkan rasa kesedihan, kepiluan, kecewa, putus atau putus harapan, hilang semangat untuk meneruskan kehidupan yang bermakna dan gembira. Kehidupan dirasakan sunyi dan kosong. Kemurungan yang berlarutan boleh memberi implikasi yang buruk kepada individu. Selain dari terganggu emosi, individu berkaitan juga akan terganggu fungsi fizikal dan interaksi sosialnya. Rawatan perubatan dan bantuan psikoterapi dan kaunseling perlu diberi seawal mungkin kepada mereka yang terlibat.

Kemurungan adalah perkataan seharian yang merujuk kepada perasaan sedih yang dialami oleh seseorang individu. Namun sebenarnya perkataan ini sukar ditafsirkan. Ini adalah disebabkan kemurungan boleh membawa kepada banyak maksud dan ia boleh digunakan dalam pelbagai keadaan. Mengikut (Dacey & Kenny, 1977) kemurungan boleh dianggap sebagai satu perkataan, suatu sindrom atau suatu penyakit klinikal. Setiap individu akan mengalami perasaan sedih atau muram pada masa yang tertentu sepanjang hayatnya. Bagi kebanyakan orang, gangguan emosi ini hanya berjangka masa pendek sahaja. Namun dalam kes-kes tertentu perasaan murung ini berlanjutan sehingga membawa kepada akibat yang tidak diingini seperti membunuh diri atau penyakit mental yang lebih serius. Memang tidak dapat dinafikan bahawa kemurungan boleh menjejaskan pelbagai aspek hidup seseorang individu sama ada dari segi kognitif, emosi, sosial mahupun fizikal.

Kemurungan di kalangan kanak-kanak dan remaja merupakan satu isu kontroversi sejak beberapa dekad yang lalu . Ini kerana sebelum satu dekad yang lalu banyak pakar menafikan wujudnya kemurungan dikalangan kanak-kanak dan remaja. Banyak kajian yang dibuat pada tahun 1960an dan 1970an telah membuktikan bahawa kemurungan bukan sahaja wujud pada zaman kanak-kanak tetapi ia lebih serius yang dijangkakan. Oleh itu kemurungan dikalangan remaja khususnya pelajar-pelajar memerlukan perhatian dan intervensi yang baik.

1.2 Latar Belakang Kajian

Kita semua tahu bahawa ramai remaja belasan tahun yang mengalami putaran emosi yang tidak menentu. Ada masa mereka mengatakan ia sayang kepada ibu atau bapanya, dua minit kemudian mereka melemparkan kata-kata kesat pula kepada ibubapa mereka. Remaja tersebut tentulah terdiri daripada kalangan pelajar tidak kira jantina lelaki atau perempuan kemungkinan terdorong untuk mengalami mood yang tidak menentu ini.

Kebanyakan mereka yang menghadapi kemurungan ini juga berdepan dengan masalah kurang keyakinan diri, merasakan sukar untuk mengekalkan penampilan diri dan berkomunikasi dengan orang ramai. Kehidupan mereka akan menjadi pasif dan kemungkinan ada yang memikirkan untuk membunuh diri . Di kalangan pelajar pula, masalah kemurungan dan kebimbangan ini mungkin menyebabkan pelajar kurang berkemahiran untuk berkomunikasi, membuat tindakan yang tidak wajar, menghadapi masalah motivasi dan boleh merendahkan gred pencapaian dalam akademik (Arthur, 1988; Vredenburget al., 1988; Haines, Norris & Kashy, 1966). Impak kemurungan ini amat besar kepada masyarakat dan memerlukan perhatian yang lebih serius bagi membendung ia terus berleluasa sehingga boleh mengakibatkan kepincangan dalam struktur organisasi sosial.

Sesetengah masyarakat berpandangan bahawa masalah kemurungan ini adalah salah satu penyakit yang berpunca dari minda. Namun pandangan ini hanya merangkumi subjektif semata-mata tetapi tanpa disedari ia berlaku disebabkan tekanan hidup yang bercampur dari aspek emosi sehingga menghimpit tanpa ada penyelesaian. Terutamanya kepada kanak-kanak yang baru menjalani proses perkembangan kehidupan terlalu mudah mendapat penyakit kemurungan disebabkan dari pancaroba kekeluargaan yang mendidik tanpa ada merasai bahawa anak kecil juga mempunyai sifat malu ketika berada dikhalayak ramai namun mereka ditengking tanpa ada belas kasihan oleh ibubapa yang hanya ingin melepaskan tekanan sendiri.

Bagi pesakit yang mengalami kemurungan, meluahkan apa yang terbuku di hati mungkin jalan terbaik untuk melegakan perasaan. Apa yang diperlukan bukan sahaja berdialog dengan doktor, tetapi juga dengan orang tersayang. Hakikatnya, komunikasi adalah satu bentuk terapi yang penting.

Statistik kemurungan global memperlihatkan satu keadaan yang kian membimbangkan. Menurut Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO), kemurungan adalah penyakit keempat paling serius dalam melumpuhkan jiwa seseorang di dunia. Malah, kadar kelaziman penyakit ini juga didapati lebih ketara berbanding hipertensi (tekanan darah tinggi), mahupun diabetes.

WHO turut menganggarkan kadar kematian kejadian bunuh diri akibat kemurungan di rantau Asia Pasifik adalah lebih tinggi berbanding penyakit Tuberkulosis (tibi). Kadar kelaziman kes kemurungan di sesebuah negara adalah pula dianggarkan antara lapan hingga 10 peratus.

Malaysia dalam menuju ke arah pembangunan turut tidak terkecuali daripada menghadapi masalah yang sama di kalangan rakyatnya. Semakin tinggi kadar pemangkin tekanan (stres), semakin tinggi juga kadar kelaziman masalah kemurungan.

Beberapa laporan mendedahkan kira-kira sembilan peratus (hampir 2.5 orang) rakyat Malaysia mengalami kemurungan yang serius. Peratusan ini berada dalam

lingkungan sama dengan anggaran purata dunia dengan kemurungan juga merupakan penyakit keempat serius di Malaysia.

Presiden Persatuan Psikiatri Malaysia (MPA), Dr. Yen Teck Hoe menjelaskan kemurungan merupakan satu bentuk gangguan emosi yang paling biasa berlaku, namun ramai yang masih tidak memahami apa itu kemurungan dan tidak dapat membezakannya dengan kesedihan biasa.

1.3 Penyataan Masalah

Masalah kemurungan yang melanda para pelajar dewasa ini, walaupun tidak berapa ketara tetapi ia merunsingkan. Dengan ini kajian yang akan dilakukan penyelidik akan dapat menjawab pelbagai persoalan berkaitan masalah kemurungan pelajar di tiga sekolah agama di daerah Johor Bahru. Johor ini bagi membantu pelajar menangani masalah kemurungan yang dihadapi. Kajian ini dijalankan kerana penyelidik melihat masalah kemurungan ini sudah menjadi satu masalah yang telah melanda masyarakat kita terutama sekali pelajar-pelajar sekolah, di mana mereka lebih terdedah kepada masalah kemurungan ini. Faktor-faktor yang mendorong mereka mudah terdedah kepada masalah ini kerana mereka dibebani dengan jadual masa yang ketat. Oleh itu, kajian ini adalah bertujuan supaya masalah kemurungan ini dapat di kurangkan atau dicegah dengan mengamalkan budaya hidup sihat dengan melakukan aktiviti senaman dan sukan. Selain itu ianya dapat memberi maklumat kepada pelajar-pelajar tentang kepentingan mengamalkan aktiviti senaman dan sukan untuk di terapkan dalam kehidupan seharian.

Di negara kita, mungkin ramai masyarakat kita yang menganggap bahawa masalah kemurungan ini adalah masih diperingkat awal lagi kerana kita jarang mendengar berlakunya kes-kes tertentu yang berkaitan dengan masalah kemurungan ini melalui media-media cetak mahupun elektronik. Ini kerana kebanyakan masyarakat kita menganggap masalah kemurungan ini adalah masalah pribadi serta boleh diselesaikan dengan sendirinya oleh

individu yang mengidapinya tanpa sebarang bantuan dari mana-mana pakar psikologi serta kurang mengamalkan budaya hidup sihat.

1.4 Persoalan Kajian

Diantara soalan-soalan kajian ialah :

1. Bagaimanakah latarbelakang pelajar yang mengalami kemurungan?
2. Adakah faktor-faktor keluarga penyebab kemurungan pelajar?
3. Adakah faktor persekitaran penyebab kemurungan pelajar?
4. Adakah faktor sosial penyebab kemurungan pelajar?

1.5 Objektif Kajian

Objektif kajian ini ialah:

Mengenal pasti latar belakang pelajar yang mengalami masalah kemurungan.

1. Mengenal pasti faktor keluarga penyebab pelajar kemurungan.
2. Mengenal pasti faktor persekitaran penyebab pelajar kemurungan.
3. Mengenal pasti faktor sosial penyebab pelajar kemurungan.

1.6 Hipotesis Kajian

Di antara hipotesis kajian ialah :

1. Faktor keluarga mempunyai hubungan yang tinggi terhadap kemurungan dikalangan pelajar.
2. Faktor persekitaran mempunyai hubungan yang tinggi terhadap kemurungan dikalangan pelajar.
3. Faktor sosial boleh mempunyai hubungan yang tinggi terhadap kemurungan dikalangan pelajar.

1.7 Kepentingan Kajian

Penyelidik berharap agar kajian yang dijalankan ini dapat dimanfaatkan oleh semua golongan kursusnya kepada para pelajar . Kajian yang dijalankan ini mempunyai beberapa sumbangan iaitu:-

1.7.1. Boleh menerima kenyataan iaitu kemurungan adalah penyakit serius dan ubat anti kemurungan adalah komponen penting dalam rawatan.

1.7.2 Boleh berbincang dengan doktor mengenai perasaan dan kemajuan rawatan. Jangan takut untuk bertanya.

1.7.3 Dapat memahami simptom kemurungan melalui rawatan iaitu berfikiran positif dan meminta bantuan bila perlu adalah konsep penting dalam proses mengatasi kemurungan.

1.7.4 Kajian ini dapat dimanfaatkan oleh Pejabat Pendidikan Agama Daerah, Johor Bahru agar dapat bertindak dengan segera dengan memantikan pelajar-pelajar bersih daripada sifat kemurungan dan dapat dibenteras daripada keadaan yang lebih serius.

1.8 Limitasi Kajian

1.8.1 Kajian dijalankan yang melibatkan pelajar darjah empat, darjah lima dan darjah enam di tiga buah sekolah agama Daerah Johor Bahru.

Lokasi penyelidikan ialah di tiga buah sekolah agama di Daerah Johor Bahru, Johor Darul Takzim iaitu:

1. Sekolah Agama Dato' Onn Jaafar, Larkin, Johor Bahru, Johor.
2. Sekolah Agama Bandar Baru Uda, Johor Bahru, Johor.
3. Sekolah Agama FRU 2 (Federal Reserve Unit 2), Johor Bahru, Johor.

1.8.2 Kajian menumpukan kepada tiga aspek iaitu tahap faktor keluarga, faktor persekitaran dan faktor sosial.

1.9.1 Definisi Istilah

1.9.1 Agak sukar untuk mendefinisikan istilah kemurungan dengan tepat. Walau bagaimanapun secara umum, kemurungan ialah suatu sindrom tingkah laku yang merangkumi keadaan-keadaan gangguan pertuturan, terlalu merasai rendah diri, sentiasa mengalami perasaan bersalah, memencilkan diri dan tidak aktif dalam gerak laku sehari-harian. Kemurungan adalah satu bentuk gangguan emosi paling umum. Gangguan kemurungan sebenarnya merupakan satu penyakit biasa dan lebih umum daripada hipertensi atau diabetes.

1.9.2 Kemurungan adalah penyakit mental yang menyebabkan perasaan (mood) seseorang individu menjadi semakin menurun. Ini akan menjejaskan kehidupan harian individu tersebut, termasuklah pemikiran, perasaan, tingkah laku dan kesejahteraannya dan sekiranya tidak ditangani secara efektif, ia boleh mendorong kepada tindakan membunuh diri.

1.9.3 Menurut Manual Diagnostik dan Statistik Masalah Mental IV (DSM-IV), diagnosis kemurungan hanya boleh dilakukan jika terdapat sekurang-kurangnya lima simptom kemurungan yang hadir untuk tempoh sependek dua minggu. Antara ciri-ciri atau symptom-sintom kemurungan adalah seperti berikut:

- a. Hilang minat atau kehendak pada perkara-perkara yang selama ini dibuat atau suka untuk melakukannya.
- b. Merasa sedih atau kesunyian yang amat sangat.
- c. Mudah menangis atau menangis tanpa sebarang sebab.
- d. Hilang daya atau tenaga serta merasa lemah yang amat sangat.
- e. Rasa bersalah yang amat sangat atau hilang keyakinan diri.
- f. Hilang selera makan dan kehilangan berat badan yang ketara.
- g. Merasa mati itu lebih baik atau lebih kronik lagi sentiasa berfikir untuk membunuh diri.
- h. Bermasalah untuk membuat keputusan.
- j. Sukar untuk tidur atau apabila terjaga sukar untuk tidur kembali.

1.9.4 Oleh itu daripada definisi kemurungan yang telah dinyatakan , dapat di simpulkan bahawa kemurungan adalah sejenis penyakit mental yang melibatkan badan, perasaan dan fikiran seseorang.

BAB 2

TINJAUAN LITERATUR

2.1 Pengenalan

Bab ini membincangkan kajian literatur, teori dan konsep mengenai bagaimana dan apakah punca kemurungan boleh berlaku dikalangan pelajar-pelajar sekolah serta jalan penyelesaiannya daripada pengalaman pengkaji-pengkaji sebelum ini..

2.2 Kajian Literatur

Othman dan Emely (1998) mendefinisikan kemurungan sebagai : *Depression can refer to either to a mood or clinical syndrome a combination of emotional, cognitive and behavioral symptoms*. Kemurungan bukan sahaja berlaku dalam kalangan kanak-kanak, malah ia boleh dialami dalam pelbagai peringkat usia dan gender. Menurut Kauffman (2001) kemurungan di kalangan kanak-kanak merupakan satu isu yang kontroversial sejak beberapa dekad yang lalu.

Kemurungan juga dianggap sebagai penyakit zaman ini. Ianya tidak hanya berbahaya secara kejiwaan tetapi boleh juga merosakkan aspek fizikal. Gangguan kemurungan adalah berberapa bentuk penyakit kejiwaan,kecanduan dadah, gangguan tidur, gangguan pada kulit , perut dan tekanan darah dan akhirnya boleh bertindak agresif seperti membunuh orang atau membunuh diri.

Menurut Mohd. Sufian (2004), kemurungan adalah suatu masalah yang tidak seimbang emosi yang mana biasanya dialami manusia yang berdepan dengan kekecewaan atau tekanan dalam kehidupan harian mereka. Menurut kajian yang dijalankan oleh Turkington dan Kaplan (1997) dalam See Ching Mey, (2005) mendapati bahawa apabila seseorang yang mencapai umur 15 tahun satu daripada lima remaja akan mengalami kemurungan. Menurut Bachanas dan Kaslow (2001) kemurungan dalam kalangan remaja memerlukan perhatian dan intervensi yang baik.

Kemurungan merupakan satu sindrom klinikal yang menggabungkan kombinasi emosi, kognitif dan juga simptom-simptom tingkah laku (Oltmanns&Emery, 1995) . Ia juga merupakan gangguan dan kekeliruan perasaan dan termasuk penyakit minda yang memberi kesan psikologi yang mana penghidapnya akan bertingkah laku suka menyalahkan diri sendiri , keliru dan merasakan tiada peluang hidup.

Menurut Bachanas dan Kaslow (2001), kemurungan dalam kalangan remaja memerlukan perhatian dan intervensi yang baik. Menurut kajian yang dijalankan oleh Turkington & Kaplan (dalam See Ching Mey, 2005) mendapati bahawa apabila seseorang yang mencapai umur 15 tahun satu daripada lima orang remaja akan mengalami kemurungan.

Menurut Iran Heman (2003) kajian-kajian yang dilakukan terhadap fenomena kemurungan ini meliputi pelbagai tahap umur dari peringkat kanak-kanak hinggalah ke peringkat dewasa. Pada peringkat kanak-kanak kemurungan sebagai suatu masalah klinik kurang diberi perhatian.

Manakala Iran Herman (2005) kajian-kajian lepas yang dilakukan terhadap fenomena-fenomena kemurungan ini meliputi tahap umur dari peringkat kanak-kanak sehinggalah ke peringkat dewasa. Pada peringkat kanak-kanak kemurungan sebagai suatu masalah klinikal kurang diberikan perhatian. Mengikut kajian Lee (1987) dalam Mohammad Alfian (2006) mendapati 140 pelajar tahun empat universiti menunjukkan pelajar ini mengalami kemurungan yang disebabkan kesunyian emosi dan kesunyian sosial.

Dalam bidang psikiatri pula masalah ini tidak mendapat perhatian yang serius dari mana-mana pihak sehingga lewat tahun 1970-an (Iran Herman, 2003). Kesukaran mendefinisikan secara operasional simptom kemurungan juga dan dalam menentukan kemurungan pada kanak-kanak dikatakan halangan yang besar kepada penyelidikan dalam bidang ini.

Walau bagaimanapun, situasi ini telah berubah dengan cepat dan ia telah menjadi satu usaha dan bidang kajian yang besar apabila masalah kanak-kanak mula diberikan perhatian khususnya di Amerika Syarikat (Schulterbandt dan Raskin, 1977).

Menurut Jamaludin et al. (2010) terdapat beberapa simptom kemurungan bagi mengenal pasti sama ada seseorang itu mengalami sindrom kemurungan atau tidak. Simptom-simptom ini terbahagi kepada empat aspek utama iaitu afektif, kognitif, tingkah laku dan fisiologi. Setiap aspek ini berkait antara satu sama lain. Menurut Mohd. Farhan dan Uzair (2008) faktor utama yang menyebabkan kemurungan pelajar adalah faktor kepenatan diikuti oleh faktor motivasi akademik, kognitif dan emosi.

Menurut Al-Kindi (dalam Rizal:2009) kemurungan berpunca daripada kegagalan seseorang untuk mencapai sesuatu yang sangat dihayati dalam hidupnya. Oleh yang demikian boleh menyebabkan seseorang itu menghadapi kesedihan dan kemurungan kerana kehendak manusia itu tiada batasannya sedangkan ia tidak mampu untuk mencapai atau memenuhi semua kehendak tersebut.

Menurut Al-Kindi lagi, kemurungan juga boleh berlaku disebabkan faktor kerosakan, kebinasaan, kematian atau kehilangan sesuatu yang sangat disayangi oleh seseorang. Sementelahan pula semua faktor ini tidak boleh dipertahankan buat selamanya seperti harta, orang yang disayangi dan dikasihi, wang ringgit dan sebagainya.

Kejadian masa lalu seperti kecewa akibat kematian insan yang akrab dalam kehidupan klien telah menyebabkannya menghadapi masalah pembelajaran. Di samping

itu faktor persekitaran kejadian masa lalu seperti jenayah rogol membawa kepada penyumbang kemurungan. Kajian oleh Briere (dalam Shazli Ezzat :2006) membuktikan kaitan rapat yang wujud antara mangsa dengan kemurungan. Simptom kemurungan yang dihadapi seperti berasa sedih, berasa letih sepanjang masa, gagal untuk memberi tumpuan dan lantaran tidur yang berlebihan.

Faktor-faktor kemurungan dalam kalangan pelajar akan dibahagikan kepada tiga faktor utama seperti:

- i. Kepenatan disebabkan keletihan, kurang tumpuan terhadap pembelajaran dan kesukaran menyiapkan tugas.
- ii. Kognitif dan emosi relajar yang tidak terlepas daripada dibelenggu dengan kekusutan pemikiran dan emosi dalam kehidupan mereka.
- iii. Masalah berkaitan dengan motivasi akademik seperti faktor berkaitan akademik, masalah kelas dan masalah motivasi.

Ibnu Sina berpendapat penyakit kemurungan yang tidak ditangani dengan baik akan meninggalkan kesan ke atas tuntutan biologi seseorang dan mendorong kepada perlakuan membunuh diri (Rizal, 2009)

2.2.1 Pandangan Barat tentang Kemurungan Dan Menangani Menurut Keagamaan

Menurut E. Gilman Stephen , Kawachi Ichiro, M Fitzmaurice Garrett, dan L Buka Stephen (2002) sosioekonomi yang rendah semasa zaman kanak-kanak mempunyai kaitan berlakunya kemurungan semasa remaja kelak Hasil kajian yang dijalankan oleh Mohamed Alfian Haris (2006) mendapati masalah kebimbangan dan punca utama ketidakstabilan emosi pelajar disebabkan oleh pendapatan keluarga.

Manakala menurut Paragament dan Park (1995) telah membuktikan bahawa amalan agama dapat mengawal tekanan yang dirasakan. Agama dapat digunakan dengan

pelbagai cara sama ada untuk individu menjadi asertif atau defensif, aktif atau pasif. Agama berkait rapat dengan matlamat dan kaedah pelaksanaan. Menurutnya lagi, agama memberikan panduan amalan kehidupan dan tindakan individu pada setiap ketika sama ada secara perseorangan atau kolektif.

Menurut Dr. Randy Byrd (dalam Stephen:2009) melaporkan mengenai eksperimen yang menarik dalam "The Medical Tribune" berhubung dengan pesakit hospital yang sama usia dan keadaan dibahagikan kepada dua kumpulan. Kumpulan pertama dibacakan doa oleh beberapa anggota kumpulan yang berdoa, sementara golongan kedua tidak. Hasil kajian menunjukkan kumpulan pertama kurang menderita sakit; hanya 3 daripada 16 orang memerlukan antibiotik; 6 orang menderita pulmonari edema, berbanding orang dengan 18 orang; dan tidak ada yang perlukan rawatan perubatan; berbanding 12 orang dalam kumpulan kedua.

Seandainya lebih bersungguh-sungguh dan kerap berdoa dengan penuh keyakinan dapat merubah manusia dan manusia boleh membuat perubahan dalam dirinya. Herbert Hoover, bekas Presiden Amerika Syarikat yang ke-31 berkata: "Kuasa doa lebih kuat daripada kombinasi yang dikawal oleh manusia; kerana doa ialah terbaik manusia dapat mengumpulkan sumber-sumber ketuhanan." (Septhen, 2009)

2.2.2 Pendekatan Islam tentang kemurungan

Kemurungan Pelajar dibuat kepada pelajar darjah empat, darjah lima dan darjah enam di Tiga Sekolah Agama Daerah Johor Bahru dalam pendekatan Islam. Kemurungan pelajar juga di tinjau melalui seksyen disiplin sekolah-sekolah tersebut dan juga melalui seksyen kesihatan dan keselamatan. Kerjasama daripada pihak Pejabat Pendidikan Daerah Johor Bahru juga telah membantu didalam penyelidikan ini.

Bersesuaian dengan syariat Islam yang terkandung di dalam al-Quran dan al-Sunnah. Pendekatan Islam adalah berdasarkan syariat dan bukannya sekadar proses menolong dan membantu individu tersebut menyesuaikan diri dengan pelbagai masalah

yang dihadapinya mengikut pendekatan Barat semata-mata (Salasiah, Zainab , Adawiyah , Nadhirah, 2011) .

Pendekatan Islam akan dapat membantu pelajar-pelajar yang mempunyai masalah kemurungan dalam hal-hal berkaitan dengan keimanan seseorang seperti ketuhanan, alam akhirat, dosa, pahala syurga, neraka, hari kiamat, untung baik, untung jahat dan sebagainya. Keimanan akan dapat membantu pelajar yang bermasalah kemurungan bagi menangani permasalahan kehidupan termasuk kejiwaan dengan menghubungkan hubungan dengan Allah S.W.T . Terapi solat, wirid , doa dapat membantu memberikan ketenangan kepada klien untuk menghadapi masalah semasa dan menyelesaikan sendiri masalah di masa hadapan.

Menurut Imam a-Ghazali dalam *Ihya ' Ulumuddin* dalam Mardzelah (2003), pendekatan Islam (Hisbat) adalah arahan mengerjakan kebaikan dan menengahkan kemungkaran bagi mencapai keredaan Allah S.W.T yang berteraskan kepada konsep tolong menolong ke arah kebaikan dan menjauhi kemungkaran atau dikenali sebagai '*al-amr bi al-ma'ruf wa al-nahy an al-munkar*.'

Definisi- definisi yang diutarakan di atas merangkumi aspek perhubungan, pendekatan psikologi, perubahan tingkah laku, serta dimensi-dimensi lain yang menjadi pengenalan asas kepada prinsip kaunseling. Sifat-sifat yang wajib kepada seorang guru agama ialah *sidiq, amanah, tabligh dan fatanah* . Rasulullah S.A.W merupakan seorang kaunselor contoh yang harus diteladani oleh semua kaunselor (Mohamed Sharif, 1998).

Sifat-sifat dan konsep utama yang harus menjadi landasan kepada tugas-tugas seorang guru agama ialah beriman dan bertakwa kepada Allah S.W.T, jujur dan Ikhlas, benar (Sidiq), berani, adil, pemurah dan ramah-tamah, sabar dan tenang, adab dan akhlak, percakapan yang baik, tidak munafik dan menepati janji.

Asmah Bee (2004) pula berpendapat, seorang kaunselor Islam perlu melengkapkan dirinya dengan pengetahuan asas berhubung dengan pengetahuan Islam. Yang jelas ialah apa yang paling asas adalah menyedari kekuatan manusia tidak boleh menandingi kekuatan

Allah S.W.T. Proses kaunseling perlulah melalui beberapa prinsip yang telah ditetapkan oleh Islam iaitu sorang kaunselor harus sentiasa peka dengan Firman Allah S.W.T yang bermaksud:

”Dan janganlah kamu mengikuti apa yang tidak kamu ketahui , keranasesungguhnya pendengaran dan penglihatan serta hati, semuanya itu akan dipertanggungjawabkan.”

Al-Isra: 36.

Antara matlamat Islam , menurut Imam al-Ghazali (Kamal Abdul Manaf, 2000) :

1. Mengembangkan personaliti individu ke arah yang positif untk menyelesaikan segala kerumitan dengan berkesan dalam kehidupannya.
2. Membantu individu menyesuaikan dirinya dengan masyarakat dan menuruti masyarakat melalui perkembangan konsep sendiri.
3. Membekalkan pengalaman-pengamalan baru yang dapat mewujudkan peluang-peluang kepada klien supaya mereka memahami perbezaan diri mereka dengan kehidupan. Membantu klien memahami diri sendiri dan menyesuaikan dirinya dengan persekitaran serta orang lain.
4. Dalam Islam, matlamat akhir seseorang insan adalah untuk berjaya menjadi khalifah Allah S.W.T di bumi ini dan beribadat kepada-Nya. Seseorang kaunselor mesti memahami matlamat khususnya yang terakhir ini.

Manakala Imam al-Ghazali berpandangan bahawa proses kaunseling tidak memerlukan seseorang kaunselor menyediakan sesuatu jawapan yang khusus untuk sesuatu permasalahan, atau untuk mengubah sesuatu tingkah laku yang tertentu. Sebaliknya kaunselor membantu klien berasa lebih terbuka terhadap pelbagai pengalaman mereka dan dapat menerima orang lain. Perubahan klien ini boleh dilihat sebagai seorang yang lebih sosial dan matang. Justeru Imam al-Ghazali menganjurkan supaya kaunselor membantu klien melalui beberapa kaedah:

- i. Menjadikannya normal supaya mereka mengenali diri dan persekitaran mereka.
- ii. Membantu klien menemui cara-cara atau pendekatan yang lebih baik untuk mereka menyelesaikan kerumitan yang dihadapi.

Berdasarkan anjuran ini , maka kaunselor tidak perlu menyediakan jawapan yang khusus untuk sesuatu tingkah laku tertentu yang perlu dilakukan klien sebagai matlamat kaunseling.

Menurut Yatimah dan Mohd. Tajudin (2008), proses kaunseling model al-Ghazali merangkumi aspek-aspek *musyararah* (menetapkan syarat), *muraqabah*(audit atau semakan), *mu'aqabah* (dendaan), *mujahadah* (bersungguh-sungguh) dan *mu'atabah* (celaan) .

Langkah-langkah kaunseling model al-Ghazali bagi proses membantu klien atau orang bermasalah menurut al-Ghazali adalah seperti berikut:

Langkah 1: Pengenalan dan bina hubungan

Langkah 2: Meneroka diri dan masalah

Langkah 3: Mengenal pasti punca dan jenis masalah

Langkah 4: Memberi ubat yang sesuai dengan penyakit

Langkah 5: Penilaian

Manakala menurut Salaiah et.al (2011) kemahiran kaunseling yang boleh digunakan ialah :

- i. Kemahiran menyual
- ii. Kemahiran membuat dorongan minimum
- iii. Kemahiran membuat konfrantasi
- iv. Kemahiran refleksi emosi
- v. Kemahiran refleksi pengalaman
- vi. Kemahiran membuat prafrasa
- vii. Kemahiran membuat rumusan besar

Berdasarkan kepada kedua-dua model di atas menunjukkan adanya sedikit perbezaan. Bagi al-Ghazali, ia lebih menumpukan kepada proses membantu klien menggunakan pendekatan Islam dan menumpukan kepada klien beragama Islam. Ini kerana menurut al-Ghazali, masalah yang dihadapi oleh manusia berpunca daripada tidak memahami tujuan sebenar kehidupan iaitu mengabdikan diri kepada Allah.

Surah al-Anbiya' ayat 7

Bermaksud: *maka bertanyalah kamu kepada ahl al-Dhikr, jika kamu tidak mengetahui.*

Menurut al-imam Nawawi

Maksudnya: *Digalakkan kepada sesiapa yang menghadapi masalah berbincang mengenainya dengan sesiapa yang ia percaya sama ada dari aspek agamnya, pengalamannya, kecerdikannya, kebijaksanaannya, kewarakannya serta ketelusannya (empati).*

Berdasarkan penelitian terhadap hadis-hadis 'kaunseling' dapat disimpulkan di sini bahawa kaunseling Islam mengemukakan satu pendekatan yang berorientasikan pembersihan rohani sebagai suatu kaedah bagi menyelesaikan masalah kecelaruan jiwa . Pendedahan terhadap amalan-amalan tertentu sebagaimana dikemukakan oleh Rasulullah S.A.W untuk para sahabat yang menghadapi tekanan perasaan, menjelaskan bahawa dalam konteks kaunseling Islam penyelesaian masalah bukan sahaja bergantung kepada tindakan klien semata-mata tetapi juga berhubung rapat dengan dimensi ketuhanan dan kerohanian.

Pendekatan kaunseling Islam dan juga amalan-amalan seperti solat, doa, zikir tersebut amat sesuai disarankan kepada klien dalam usaha mengatasi setiap masalah atau menangani masalah kemurungan dan menghindari klien daripada terus mengalami kesedihan.

” Dan Tuhanmu berfirman: Berdoalah kepada Aku, nescaya akan Kuperkenankan bagimu. sesungguhnya orang-orang yang menyombongkan diri dari menyembah Aku (berdoa) akan masuk neraka jahanam dalam keadaan hina dan dina.”

Menurut Teori perkembangan Imam Al-Ghazali ‘rohani’ perkara yang terdiri daripada akal, nafsu, jiwa dan roh, kanak-kanak harus didik sejak lahir dan jangan diberi kepada orang lain untuk dijaga melainkan orang yang berakhlak mulia , baik dan kuat pegangan agamanya.

Hadis yang menganjurkan setiap individu berdoa apabila menghadapi masalah atau apa jua konflik yang menimpa

Maksudnya:

” tidak ditimpakan kebimbangan dan kesedihan seseorang kamu, lalu ia berkata”Wahai Tuhanku, aku hamba-Mu, anak- anak dari hamba-Mu, anak daripada hamba perempuan-Mu, ubun-ubunya dalam gengaman-Mu berlaku padaku hukum-Mu, adil segala ketentuan-Mu, aku bermohon pada-Mu dengan segala nama yang engkau namakan dari diriMu, yang engkau turunkan dalam kitab-Mu, yang telah engkau ajarkannya kepada seseorang dari makhluk-Mu, Engkau sendiri yang mengetahuinya dalam ilmu ghaib-Mu, agar Engkau jadikan al-Quran sebagai cahaya penerang dan penyejuk hatiku, penghilang dukalara, resah gelisah dan pengikis kebimbanganku.” (H.R. Bukhari)

Menurut Mohamed Sharif (1998) doa adalah jalan yang disediakan oleh Allah S.W.T bagi umahnya meminta sesuatu daripada-Nya, tidak kira sama ada yang berkaitan dengan fizikalataupun spiritual. Dengan menyebut nama Allah melalui zikir dan meminta limpah kurnia-Nya melalui doa adalah cara yang sebaik-baiknya bagi seseorang individu mencari ketenangan hidup.

2.2.3 Doa

Dalam surah Ghafir ayat 60 :

” Dan Tuhanmu berfirman: Berdoalah kepada-Ku, nescaya Kuperkenankan bagimu. Sesungguhnya orang-orang yang menyombongkan diri dari menyembah-Ku (berdoa) akan masuk neraka jahanam dalam keadaan hina dina.”

”Dan apabila hamba-hamba Ku bertanya kepadamu tentang Aku, maka (jawablah), bahawasanya Aku adalah dekat. Aku mengabulkan permohonan orang yang berdoa apabila ia memohon kepada Ku, maka hendaklah mereka itu memenuhi (segala perintah-Ku) dan hendaklah mereka beriman kepada Ku, agar mereka selalu berada dalam kebenaran” (Al-Baqarah:186)

Menurut Zakiah Drajat (dalam M. Darajat , 2006) doa dapat memberikan rasa optimis, semangat hidup dan menghilangkan perasaan putus asa ketika seseorang menghadapi masalah. Doa mempunyai makna penyembuhan bagi stres dan gangguan kejiwaan. Doa juga mengundang manfaat untuk pencegahan terhadap terjadinya kegoncangan jiwa dan gangguan kejiwaan.

2.2.4 Zikir

Zikir (a-dhikr) mengingat Allah juga merupakan suatu bentuk rawatan rohani yang amat berguna untuk mengembalikan ketenangan dan ketenteraman jiwa. Apabila dilaksanakan secara berterusan (iltizam) dan dengan hati yang ikhlas, ia mendatangkan kesan yang tidak terhingga kepada peribadi dan tingkah laku manusia. Ia juga sebagai perisai yang dapat menghalang manusia daripada gangguan iblis dan syaitan .
(al-Quran :Ar- Rad: 28)

2.2.5 Istigafar:

Berdasarkan penyelidikan yang dijalankan ke atas pelajar yang menjalani proses rawatan pendekatan kaunseling Islam iaitu wirid, doa dan muhasabah diri mendapati rawatan ini dapat mengembalikan keyakinan sampel penyelidikan yang akhirnya dapat mengurangkan masalah kemurungan yang mana setanding dengan terapi Barat (Iran Herman, Asmah Bee: 2003). Penyelidik berkeyakinan bahawa rawatan melalui pendekatan Islam seperti doa, wirid dan solat dapat memberikan semangat baru yang lebih positif dalam menghadapi kehidupan dan cabaran masa hadapan.

2.3 Teori dan Konsep

TEORI KEMURUNGAN KOGNITIF BECK (1967)

Teori kemurungan kognitif Beck (1967) adalah teori bagi mengatasi kemurungan dikalangan pelajar, Kebanyakan tanda-tanda kemurungan adalah berpunca dari sikap dan pemikiran individu yang negatif iaitu gejala dan tanda-tanda menunjukkan kemurungan adalah akibat daripada pemikiran yang tidak tenteram yang boleh menyebabkan konflik dan tekanan psikologikal. Contohnya mereka gagal melihat keluarga adalah satu persekitaran yang sihat dan boleh memberikan kebahagiaan kepada mereka. Danpunca konflik antara pelajar tersebut dengan ibu bapa berkaitan dengan dengan isu interpersonal. Kekurangan dan gangguan interaksi yang berkesan akan menyebabkan jiwa remaja memberontak dan boleh mendorong mereka bertingkahtaku devian.

Beck (1976) telah menyenaraikan tiga faktor yang menyebabkan individu mengalami kemurungan. Faktor-faktornya penyalahan diri, kasihan diri dan rasa kasihan kepada pihak lain. Menurut Beck (1976) lagi penyalahan diri bermaksud mempercepatkan seseorang bersalah kerana kelakuan yang salah. Apabila perasaan menyalahkan diri ini wujud dalam diri sendiri, maka ia cenderung untuk terus menkritik diri dan membenci diri sendiri.

Sikap seperti ini menyakinkan mereka bahawa diri mereka yang jahat dan tidak berguna lagi. Sikap menyalahkan diri sekiranya berterusan akan menyebabkan individu akan berasa terganggu dan mungkin berasa ingin menangis, berdiam diri atau bersedih secara tidak langsung yang mana akan membawa kepada kemurungan.

BAB 3

METODOLOGI KAJIAN

3.1 Pengenalan

Dalam Bab ini Pengkaji akan membincangkan tentang kaedah dan tatacara kajian demi melicinkan dan melancarkan proses pengumpulan dan pemprosesan data. Perancangan yang teratur dan teliti amat diperlukan terutamanya di dalam mendapatkan kerjasama daripada responden.

Antara aspek-aspek yang dibincangkan ialah reka bentuk kajian, kerangka teoritikal, tempat kajian, sampel kajian, instrument kajian, kaedah pengumpulan data dan analisis data.

3.2 Reka Bentuk Kajian

Kajian ini adalah berbentuk deskriptif iaitu menggunakan kaedah soal selidik untuk mendapatkan maklumat. Kajian ini bertujuan untuk mengetahui jenis-jenis kemurungan, faktor-faktor yang mempengaruhi kemurungan pelajar-pelajar di tiga buah sekolah agama di Johor Bahru. Dapatan kajian ini diperolehi melalui soal selidik yang diedarkan kepada responden. Soal selidik dibahagikan kepada dua bahagian iaitu Bahagian A dan Bahagian B. Bahagian A mengandungi soalan yang berlatar belakang responden dan bahagian B berkaitan aspek-aspek yang akan dikaji.

Manakala maklumat yang diterima akan dianalisis secara kualitatif. Data jenis kualitatif adalah berdasarkan kategori kuantiti yang menggunakan kekerapan, angka dan

skor. Ini adalah kerana data jenis kuantitatif sesuai bagi penyelidikan yang menggunakan instrumen soal selidik dan ujian untuk mendapatkan maklumat kajian (Mohamad Najib, 1999).

3.3 Kerangka Teoritikal

Rajah 1 : (Teori Kemurungan Kognitif BECK (1967) Kerangka Kemurungan Pelajar Darja Empat, Darjah Lima dan Darjah Empat di Tiga Sekolah Agama Daerah Johor Bahru

3.3 Tempat Kajian

Di dalam kajian keruntuhan akhlak di kalangan pelajar-pelajar, pengkaji telah memilih tiga buah sekolah agama di Johor Bahru iaitu Sekolah Agama Dato Onn Jaafar, Sekolah Agama FRU2 (Federal Reserve Unit 2) dan Sekolah Agama Bandar Baru Uda. Sekolah. Sekolah ini dipilih untuk melihat dan mengenal pasti kecenderungan pelajar-pelajar terhadap gejala negatif dan faktor-faktor yang mempengaruhinya serta mengenalpasti kaedah mengatasinya.

3.4 Sampel Kajian

Sampel yang dilibatkan di dalam kajian ini terdiri dari pelajar-pelajar darjah lima di tiga buah sekolah berkenaan. Kaedah pemilihan ini dilakukan secara rawak daripada populasi dalam kajian ini.

Populasi dalam kajian ini merupakan jumlah pelajar-pelajar yang terdapat di tiga buah sekolah agama di Johor Bahru iaitu Sek. Agama Dato Onn Jaafar, Sekolah Agama FRU2 (Federal Reserve Unit 2) dan Sekolah Agama Bandar Baru Uda iaitu seramai 700 orang. Manakala jumlah sampel yang digunakan dalam kajian ini adalah sebanyak 254 orang responden.

3.5 Instrumen Kajian

Dalam kajian ini, penyelidik menggunakan soal selidik sebagai instrument kajian yang merangkumi beberapa item berdasarkan objektif kajian. Soal selidik yang disediakan oleh pengkaji terbahagi kepada dua bahagian iaitu bahagian A dan bahagian B. Pada bahagian A, responden dikehendaki menjawab beberapa soalan yang berkaitan dengan demografi responden. Skala likert pula digunakan pada bahagian B di mana responden dikehendaki menandakan jawapan mereka tentang sesuatu kenyataan.

Contoh-contoh Soalan Kajian

Bahagian A

Maklumat latar belakang responden

Panduan : sila tandakan \surd diruang yang disediakan

1. Jantina
Lelaki
Perempuan

2. Pekerjaan bapa
Berniaga
Swasta
Pegawai kerajaan
Pekerjaan sendiri

3. Pekerjaan ibu
Berniaga
Swasta
Pegawai kerajaan
Suri rumah

4. Taraf pendidikan bapa
Universiti/maktab/kolej
Sekolah menengah
Sekolah rendah
Lain-lain

5.Tempat tinggal

Bandar
 Pinggir Bandar
 Luar Bandar

Bahagian B

Contoh-contoh Soalan Kajian

Item Kemurungan pelajar

ITEM	PERKARA	PERATUS					
		ST S	TS	T P	S	S S	MI N
1	Saya rasa diri saya tidak berguna						
2	Saya rasa kurang bersemangat						
3	Saya sangat sensitif						
4	Saya sering rasa bersalah						
5	Saya kesunyian						
6	Saya tidak ada tumpuan di dalam kelas						
7	Saya sangat sedih						
8	Saya selalu rasa malu						
PURATA MIN KESELURUHAN							

Nota : STS -Sangat Tidak Setuju, TS- Tidak Setuju, TP -Tidak Pasti, S- Setuju, SS-Sangat Setuju

Sumber : Zainudin Sharif & Norazmah Mohamad Roslan/ *Journal of Education Psychology & Counseling* (2011)

Contoh prosedur kajian

Rajah 2: Carta Aliran Prosedur Kajian

3.5 Kaedah Kajian

Dalam melakukan kajian ini, terdapat beberapa kaedah yang dilakukan oleh pengkaji. Kaedah tersebut adalah seperti:-

1. Perbincangan dengan penyelia mengenai tajuk dan permasalahan yang dihadapi.
2. Pencarian sumber-sumber yang boleh digunakan dalam kajian ini.
3. Menyediakan kertas cadangan kualitatif.
4. Mendapatkan kelulusan penyelia setelah kertas cadangan diterima.
5. Menjalankan kajian rintis untuk menguji kesahan dan kebolehpercayaan soal selidik.
6. Menjalankan kajian sebenar.
7. Mengumpul set edaran soal selidik dan menganalisis data.

3.6 Kaedah Pengumpulan Data

Prosedur kajian dimulakan dengan perbincangan bersama penyelia mengenai masalah yang ingin dikaji. Perbincangan melibatkan perkara-perkara seperti mengenal pasti masalah, tajuk dan objektif kajian. Selain itu, perbincangan juga melibatkan pengumpulan maklumat berkaitan masalah yang telah dibincangkan, mengenal pasti responden dan kaedah yang digunakan untuk menganalisis data. Set soal selidik diberikan dan arahan kepada responden disertakan bersama set borang soal selidik. Responden diberikan masa untuk menjawab borang soal selidik dan borang soal selidik yang telah lengkap diisi diserahkan semula kepada penyelidik. Seterusnya penyelidik akan mengumpulkan semua borang soal selidik untuk tujuan penyemakan dan penganalisisa.

3.7 Analisa Data

Maklumat yang diperolehi melalui soal selidik akan diproses dan di analisis. Pemprosesan data melibatkan aktiviti-aktiviti mengumpul, mengolah, menganalisis, menyimpan dan mengeluarkan data ke dalam computer. Di dalam pemprosesan data, pengkaji menggunakan perisian Statistical Packages For the Sosial Sciences (SPSS) versi 16.0 dengan mengambil kaedah bilangan dan peratusan.

BAB 4

HASIL TEMUAN (ANALISIS DATA) DAN PERBINCANGAN

4.1 Pengenalan

Bab ini akan membincangkan semua dapatan hasil analisis mengikut persoalan kajian seperti yang diterangkan dalam bab 1. Hasil analisis ini dibahagikan kepada dua bahagian iaitu analisis berkaitan maklumat diri responden dan analisis berkaitan persoalan kajian iaitu tentang faktor keluarga, faktor persekitaran serta faktor sosial yang menyumbang terhadap kemurungan.

4.2 Analisis Maklumat Diri

Pada bahagian analisis, sebanyak 5 item yang dikemukakan dalam soal selidik antaranya seperti jantina pelajar, pekerjaan ibu bapa, taraf pendidikan bapa dan kawasan tempat tinggal. Ke semua hasil analisis berkaitannya dinyatakan sama ada dalam bentuk frekuensi dan peratus.

4.2.1 Jantina Pelajar

Seramai 254 orang responden yang terdiri daripada pelajar-pelajar Sekolah-Sekolah Agama Kerajaan Johor, Johor Darul Takzim terlibat dalam kajian ini. Daripada jumlah itu 121 orang (47.6%) merupakan pelajar lelaki manakala selebihnya 133

(52.4%) merupakan pelajar perempuan. Taburan responden mengikut jantina ditunjukkan seperti dalam Jadual 4.1.

4.2.2 Pekerjaan Bapa

Terdapat empat jenis kategori pekerjaan bapa yang terlibat iaitu berniaga, pekerja swasta, pegawai kerajaan mahupun bekerja sendiri. Analisis menunjukkan taburan pekerjaan bapa responden bagi keempat-empat kategori tersebut masing-masing adalah 40 (15.7%); 71 (28.0%); 98 (38.6%); 45 (17.7%). Taburan frekuensi dan peratus pekerjaan bapa responden ditunjukkan seperti dalam Jadual 4.2.

Jadual 4.2: Taburan frekuensi dan peratus pekerjaan bapa responden

Bil.	Kategori Pekerjaan Bapa	Frekuensi	Peratus (%)
1	Berniaga	40	15.7
2	Swasta	71	28
3	Pegawai Kerajaan	98	38.6
4	Bekerja Sendiri	45	17.7
	Jumlah	254	100

Sumber : Zainudin Sharif & Norazmah Mohamad Roslan/ Journal of Education Psychology & Counseling (2011)

4.2.3 Pekerjaan Ibu

Sama seperti item kedua iaitu pekerjaan bapa, terdapat empat jenis kategori pekerjaan ibu yang terlibat iaitu berniaga, pekerja swasta, pegawai kerajaan mahupun bekerja sendiri. Analisis menunjukkan taburan pekerjaan ibu responden bagi keempat-empat kategori tersebut masing-masing adalah 34 (13.4%); 60 (23.6%); 71 (28.0%); 89 (35.0%). Taburan frekuensi dan peratus pekerjaan ibu responden ditunjukkan seperti dalam Jadual 4.3.

Jadual 4.3: Taburan frekuensi dan peratus pekerjaan ibu responden

Bil.	Kategori Pekerjaan Ibu	Frekuensi	Peratus (%)
1	Berniaga	34	13.4
2	Swasta	60	23.6
3	Pegawai Kerajaan	71	28.0
4	Bekerja Sendiri	89	35.0
	Jumlah	254	100

Sumber: Zainudin Sharif & Norazmah Mohamad Roslan/ Journal of Education Psychology & Counseling (2011)

4.2.4 Taraf Pendidikan Bapa

Dari segi kelulusan akademik bapa responden, majoriti bapa responden mempunyai kelayakan akademik peringkat sekolah menengah dan universiti/maktab/kolej manakala yang selebihnya berkelulusan sekolah rendah dan lain-lain. Taburan frekuensi dan peratus taraf pendidikan bapa responden ditunjukkan seperti dalam Jadual 4.4.

Jadual 4.4: Taburan frekuensi dan peratus taraf pendidikan bapa responden

Bil.	Taraf Pendidikan Bapa	Frekuensi	Peratus (%)
1	Universiti/Maktab/Kolej	101	39.8
2	Sekolah Menengah	109	42.9
3	Sekolah Rendah	11	4.3
4	Lain-Lain	33	13.0
	Jumlah	254	100

Sumber : Zainudin Sharif & Norazmah Mohamad Roslan/ Journal of Education Psychology & Counseling (2011)

4.2.5 Tempat Tinggal

Item terakhir bagi maklumat demografi ialah berkaitan tempat tinggal pelajar. Item ini ingin menentukan sama ada pelajar tinggal di kawasan bandar, luar bandar mahupun pinggir bandar. Majoriti responden tinggal dibandar iaitu seramai 218 orang

(85.8%) dan hanya sebahagian kecil tidak tinggal di bandar. Taburan frekuensi dan peratus tempat tinggal responden ditunjukkan dalam Jadual 4.5.

Jadual 4.5: Taburan frekuensi dan peratus responden berdasarkan kelulusan ikhtisas

Bil.	Tempat Tinggal	Frekuensi	Peratus (%)
1	Bandar	218	85.8
2	Luar Bandar	30	11.8
3	Pinggir Bandar	6	2.4
	Jumlah	254	100

Sumber: Zainudin Sharif & Norazmah Mohamad Roslan/ Journal of Education Psychology & Counseling (2011)

4.3 Analisis Persoalan Kajian 1

Apakah tahap pengaruh faktor keluarga dalam menyumbang kepada kemurungan pelajar?

Dalam bahagian ini, hasil analisis yang berkaitan persoalan kajian pertama ditunjukkan iaitu berkenaan tahap pengaruh faktor keluarga dalam menyumbang kepada kemurungan pelajar Analisis yang terlibat ialah tahap pangkatan min. Jadual 4.6 menunjukkan nilai dan tahap min yang berpadanan dengan item berkaitan faktor keluarga yang menyumbang kepada kemurungan.

Jadual 4.6: Analisis nilai min dan tahap min berkaitan faktor keluarga yang menyumbang kepada kemurungan

Bil.	Item Pengaruh Keluarga	Nilai Min	Tahap
1	Saya rasa diri saya tak berguna	1.91	Rendah
2	Saya sering rasa bersalah	2.72	Sederhana
3	Saya sangat sedih	2.28	Rendah
4	Tidur saya selalu tidak nyenyak	2.33	Rendah
5	Saya ingin membunuh diri	1.76	Rendah
6	Saya rasa tidak tenteram	2.34	Sederhana

7	Saya selalu rasa sakit perut	2.55	Sederhana
8	Saya mudah rasa letih	2.59	Sederhana
9	Saya selalu rasa bosan	2.74	Sederhana
10	Saya rasa diri saya semakin kurus	2.57	Sederhana
11	Saya rasa dikesepi oleh keluarga	1.83	Rendah
12	Saya rasa keluarga tidak memerlukan pendapat saya	2.00	Rendah
13	Saya rasa ibu dan ayah tidak sayangkan saya	1.92	Rendah
14	Ibu dan ayah selalu cari salah saya	2.25	Rendah
15	Ibu dan ayah tidak pernah puji saya	2.13	Rendah
16	Ibu dan ayah selalu rendahkan pendapat saya	1.98	Rendah
17	Ibu bapa bersifat tidak adil terhadap saya	2.19	Rendah
18	Saya rasa saya disingkir oleh keluarga	2.05	Rendah
19	Ibu bapa tidak pernah bertanya apa yang saya mahukan	2.15	Rendah
20	Saya tidak disayangi ibu bapa	3.42	Sederhana
21	Saya tidak dihargai ibu bapa	3.36	Sederhana
22	Saya tidak selalu dipuji ibu bapa	3.18	Sederhana
23	Ibu bapa saya sudi mendengar pendapat saya	3.06	Sederhana
24	Saya tidak suka bertanya kepada ibu bapa	3.30	Sederhana
25	Saya tidak gembira bersama keluarga	3.43	Sederhana
26	Saya tidak mendapat sokongan ibu bapa	3.35	Sederhana
	Min Keseluruhan	2.52	Sederhana

Sumber : Zainudin Sharif & Norazmah Mohamad Roslan/ *Journal of Education Psychology & Counseling* (2011)

Hasil analisis pangkatan min menunjukkan bahawa nilai min keseluruhan bagi faktor keluarga ialah 2.52 iaitu berada pada tahap sederhana. Daripada 26 item yang terlibat, 13 item mencatatkan nilai min yang rendah manakala 13 item juga mencatatkan

nilai min yang sederhana. Tiada item yang mempunyai nilai min pada tahap tinggi. Item dengan nilai min terendah ialah item 5 iaitu “Saya ingin membunuh diri” dengan $M=1.76$. Sementara itu, item dengan nilai min tertinggi ialah item 25 iaitu “Saya tidak gembira bersama keluarga” dengan nilai $M=3.43$. Hasil menunjukkan bahawa para pelajar masih lagi rasional dan tidak berniat untuk membunuh diri biarpun mengalami kemurungan. Selain itu, perasaan tidak gembira bersama keluarga pastinya menjadikan seseorang pelajar tidak rasa selesa dan mengalami kemurungan.

Oleh itu secara keseluruhannya factor keluarga mempunyai hubungan yang sederhana dalam menyumbang kepada kemurungan pelajar.

4.4 Analisis Persoalan Kajian 2

Apakah tahap pengaruh faktor persekitaran dalam menyumbang kepada kemurungan pelajar?

Dalam bahagian ini, hasil analisis yang berkaitan persoalan kajian kedua ditunjukkan iaitu berkenaan tahap pengaruh faktor persekitaran dalam menyumbang kepada kemurungan pelajar Analisis yang terlibat ialah tahap pangkatan min. Jadual 4.7 menunjukkan nilai dan tahap min yang berpadanan dengan item berkaitan faktor persekitaran yang menyumbang kepada kemurungan.

Jadual 4.7: Analisis nilai min dan tahap min berkaitan faktor persekitaran yang menyumbang kepada kemurungan

Bil.	Item Pengaruh Persekitaran	Nilai Min	Tahap
1	Saya rasa kurang semangat	2.33	Rendah
2	Saya rasa tidak selera makan	2.34	Sederhana
3	Saya tidak ada tumpuan dalam kelas	2.36	Sederhana
4	Saya sering rasa bimbang yang amat sangat	2.35	Sederhana

5	Saya selalu rasa cemas	2.30	Rendah
6	Saya rasa risau dan rungsing	2.09	Rendah
7	Saya rasa tak pandai belajar macam orang lain	2.43	Sederhana
8	saya sering lewat ke sekolah	2.40	Sederhana
9	Saya tidak sering dipuji guru	2.85	Sederhana
10	Saya tidak disayangi guru	3.19	Sederhana
11	Saya tidak gembira berada di sekolah	3.49	Sederhana
12	Saya tidak suka belajar	3.33	Sederhana
13	Saya tidak suka bertanya kepada guru	3.03	Sederhana
14	Saya tidak suka memberi pendapat dalam kelas	2.96	Sederhana
15	Saya tidak suka makan	2.93	Sederhana
16	Saya suka tidur	2.86	Sederhana
17	Saya suka berfikir perkara buruk	2.29	Rendah
18	Saya suka berfikir perkara negatif	3.17	Sederhana
	Min Keseluruhan	2.71	Sederhana

Sumber : Zainudin Sharif & Norazmah Mohamad Roslan/ Journal of Education Psychology & Counseling (2011)

Hasil analisis pangkatan min menunjukkan bahawa nilai min keseluruhan bagi faktor persekitaran ialah 2.71 iaitu berada pada tahap sederhana. Daripada 18 item yang terlibat, 4 item mencatatkan nilai min yang rendah manakala 14 item mencatatkan nilai min yang sederhana. Tiada item yang mempunyai nilai min pada tahap tinggi. Item dengan nilai min terendah ialah item 6 iaitu “Saya rasa risau dan rungsing” dengan $M=2.09$. Sementara itu, item dengan nilai min tertinggi ialah item 25 iaitu “Saya tidak gembira berada di sekolah” dengan nilai $M=3.49$. Hasil menunjukkan bahawa para pelajar mempunyai tahap kerisauan dan kerungsingan yang terkawal tetapi mereka tidak merasakan sekolah merupakan tempat yang dapat menggembirakan mereka.

Oleh itu secara keseluruhannya, factor persekitaran mempunyai hubungan yang sederhana dalam menyumbang kepada kemurungan pelajar.

4.5 Analisis Persoalan Kajian 3

Apakah tahap pengaruh faktor sosial dalam menyumbang kepada kemurungan pelajar?

Dalam bahagian ini, hasil analisis yang berkaitan persoalan kajian sosial ditunjukkan iaitu berkenaan tahap pengaruh faktor sosial dalam menyumbang kepada kemurungan pelajar Analisis yang terlibat ialah tahap pangkatan min. Jadual 4.8 menunjukkan nilai dan tahap min yang berpadanan dengan item berkaitan faktor sosial yang menyumbang kepada kemurungan.

Jadual 4.8: Analisis nilai min dan tahap min berkaitan faktor sosial yang menyumbang kepada kemurungan

Bil.	Item Pengaruh Sosial	Nilai Min	Tahap
1	Saya sangat sensitive	2.72	Sederhana
2	Saya kesunyian	2.30	Rendah
3	Saya tidak minat belajar	1.94	Rendah
4	Saya selalu rasa berdebar-debar	2.69	Sederhana
5	Saya selalu rasa malu	2.75	Sederhana
6	Saya mudah marah	2.74	Sederhana
7	Saya selalu tidak siap kerja sekolah	2.19	Rendah
8	Saya selalu rasa takut	2.56	Sederhana
9	saya tidak yakin pada diri sendiri	2.36	Sederhana
10	Saya suka duduk seorang diri	2.26	Rendah
11	Saya tidak percaya pada diri	2.20	Rendah
12	Saya rasa tersisih dari kawan-kawan	2.39	Sederhana
13	Saya rasa diri saya dihina	2.00	Rendah
14	saya rasa diri saya sangat lemah	2.26	Rendah
15	Saya selalu menangis seorang diri	2.61	Sederhana

16	saya malas pergi ke sekolah agama	2.08	Rendah
17	Saya sering melayari facebook berjam-jam	2.20	Rendah
18	Saya tidak suka berkawan	1.94	Rendah
19	Saya mudah tersinggung	2.48	Sederhana
20	Saya tidak pandai macam orang lain	2.96	Sederhana
21	Saya tidak mempunyai ramai kawan	3.49	Sederhana
22	Saya tidak suka berterus terang	3.03	Sederhana
23	Saya tidak suka bertanya kepada kawan-kawan	3.40	Sederhana
24	Saya tidak mendapat sokongan guru	3.06	Sederhana
25	Saya tidak mendapat sokongan kawan-kawan	3.13	Sederhana
26	Saya tidak mendapat keputusan cemerlang dalam peperiksaan	3.11	Sederhana
	Min Keseluruhan	2.57	Sederhana

Sumber : Zainudin Sharif & Norazmah Mohamad Roslan/ Journal of Education Psychology & Counseling (2011)

Hasil analisis pangkatan min menunjukkan bahawa nilai min keseluruhan bagi faktor sosial ialah 2.57 iaitu berada pada tahap sederhana. Daripada 26 item yang terlibat, 10 item mencatatkan nilai min yang rendah manakala 16 item mencatatkan nilai min yang sederhana. Tiada item yang mempunyai nilai min pada tahap tinggi. Item dengan nilai min terendah ialah item 3 iaitu “Saya tidak minat belajar” dan item 18 “Saya tidak suka berkawan: dengan $M=1.94$. Sementara itu, item dengan nilai min tertinggi ialah item 21 iaitu “Saya tidak mempunyai ramai kawan” dengan nilai $M=3.49$. Hasil menunjukkan bahawa para pelajar mempunyai minat untuk belajar dan suka untuk berkawan tetapi mereka tidak mempunyai ramai kawan. Konflik ini menjadi punca kepada kemurungan pelajar yang disebabkan faktor sosial bersama rakan-rakan.

Oleh itu secara keseluruhannya, factor sosial mempunyai hubungan yang sederhana dalam menyumbang kepada kemurungan pelajar.

4.6 Rumusan

Daripada hasil yang ditunjukkan di atas, dapatlah disimpulkan bahawa tahap kemurungan pelajar berada pada tahap yang sederhana. Selain itu, ketiga-tiga faktor yang membawa kepada kemurungan juga berada pada tahap sederhana yang mana faktor penyumbang tertinggi ialah faktor persekitaran diikuti faktor sosial dan faktor keluarga. Jadual

Jadual 4.8: Perbandingan nilai min bagi faktor-faktor yang menyumbang kepada kemurungan

Faktor-Faktor	Nilai Min	Tahap	Turutan
Keluarga	2.52	Sederhana	3
Persekitaran	2.71	Sederhana	1
Sosial	2.57	Sederhana	2

4.7 Penutup

Kesimpulannya, bab ini telah menunjukkan ke semua hasil analisis bagi menjawab ke semua objektif dan persoalan kajian. Secara umumnya dapat dilihat bahawa tahap kemurungan pelajar adalah sederhana. Bagaimanapun, perkara ini tidak boleh dipandang remeh kerana sekiranya ianya tidak dikawal dari awal, dikhuatiri kesan buruk daripada situasi ini dapat menjejaskan kelangsungan hidup pelajar. Bagi cadangan yang boleh dilaksanakan bagi usaha mengawal fenomena kemurungan ini, pengkaji akan memberikan beberapa alternatif pada penulisan bab 5.

BAB 5

KESIMPULAN

5.1 Pengenalan

Dalam bab lima ini, perbincangan, dan cadangan kajian keseluruhan akan diperjelaskan secara terperinci. Perbincangan dilakukan bagi menjawab ke semua persoalan kajian yang diterangka pada bab satu. Hasil perbincangan membawa kepada cadangan kajian bagi mengatasi fenomena kemurungan. Seterusnya, cadangan kajian lanjutan juga dinyatakan bagi menekankan aspek-aspek yang perlu diambil kira bagi menjalankan kajian lain untuk menambahbaik kajian yang telah dilakukan.

5.2 Perbincangan

Pengkaji telah menggariskan beberapa perkara atau isu-isu mengenai kemurungan pelajar darjah empat, darjah lima dan darjah enam di tiga buah sekolah agama daerah Johor Bahru, Johor Darul ta'zim, Malaysia iaitu Sekolah Agama Dato' Onn Jaafar, Johor bahru Johor, Sekolah Agama Bandar Baru Uda, Johor Bahru, Johor dan Sekolah Agama FRU2 (Federal Reserve Unit 2) Johor Bahru, Johor. Antara faktor yang dibincangkan ialah tentang faktor persekitaran, faktor keluarga dan faktor social. Bahagian penulisan seterusnya akan menjelaskan dengan lebih mendalam pengaruh ketiga-tiga faktor tersebut dalam mendorong fenomena kemurungan pelajar.

5.2.1 Faktor Keluarga

Hasil daripada kajian ini didapati keluarga merupakan salah satu faktor yang menyebabkan kemurungan dalam kalangan pelajar. Dalam mengaitkan faktor keluarga dengan kemurungan pelajar, elemen tekanan hidup yang bercampur dari aspek emosi sehingga menghimpit khususnya kepada pelajar-pelajar yang baru menjalani proses perkembangan kehidupan terlalu mudah untuk mendapat penyakit kemurungan disebabkan dari penglibatan kekeluargaan yang mendidik tanpa memikirkan bahawa anak-anak yang masih bersekolah juga mempunyai sifat malu ketika berada dikhalayak ramai. Sebagai contoh, anak-anak ditengking ibu bapa tanpa ada belas kasihan dihadapan orang lain yang hanya ingin melepaskan tekanan sendiri. Dalam hal ini, anak-anak menjadi mangsa kepada tekanan ibu bapa dan secara langsung atau tidak menyebabkan pelajar berasa ingin menjauhkan diri daripada ibu bapa dan menyebabkan kemurungan.

Selain itu juga, pelajar-pelajar yang berumur sekitar 9 hingga 12 tahun juga berperasaan untuk meluahkan isi hati yang tersimpan. Namun, terdapat situasi yang mana mereka tidak diberi ruang kerana kesibukkan ibu bapa yang melepaskan tanggungjawab pada penjaga atau pembantu rumah. Lebih malang lagi apabila masa yang ada ketika diujung minggu pula bukan untuk melayan kerenah anak-anak namun untuk waktu berehat mereka. Bagi anak-anak peringkat dewasa pula, biarpun mereka sedar atas perlakuan dan tindakan diri sendiri, namun pemikiran mereka juga boleh terganggu apabila mengalami situasi kebuntuan dalam kehidupan. Situasi ini jelas menunjukkan bagaimana perasaan yang dialami anak-anak sehingga merasa kemurungan hidup. Hal ini berlaku disebabkan kurangnya mendapat perhatian dan kasih sayang daripada ibu bapa yang terlalu mengejar kemewahan dunia.

Firman Allah dalam surah At-Tahrim ayat 6 yang bermaksud;

'Wahai orang-orang yang beriman, peliharalah dirimu dan keluargamu dari seksaan api neraka'

Berdasarkan ayat ini, ternyata suami isteri bertanggungjawab untuk berusaha mendidik anak-anak sejak dari kecil dengan asas keimanan iaitu rukun-rukun dan prinsip-prinsip agama yang luhur. Bagi mengimbangi didikan yang diterima oleh anak-anak, ibu bapa juga perlu meluaskan dalam memberi pendidikan seperti pendidikan akademik, jasmani, akal, kejiwaan dan kemasyarakatan. Ini supaya anak-anak dapat membesar dalam keadaan seimbang sebagai seorang anak yang soleh.

Ibu bapa perlu bersama-sama melibatkan diri dalam pendidikan anak-anak. Sikap meletakkan tanggungjawab sepenuhnya kepada guru dan para pendidik dalam urusan pembelajaran anak-anak perlulah diubah. Hijrah sikap yang sebegini amat penting kerana anak-anak juga terbentuk dan terdidik oleh pengaruh persekitaran. Oleh itu, mentaliti ibu bapa perlu diubah atau di'hijrah'kan dengan mewujudkan persekitaran yang baik yang terdiri daripada ibu bapa sendiri, guru, sekolah, masyarakat dan media yang menjurus ke arah pembentukan insan yang soleh, berguna dan cemerlang.

Keluarga cemerlang memerlukan anak-anak yang terdidik dengan sifat kasih sayang, penuh ketaatan dan rasa tanggungjawab. Anak merupakan amanah Allah s.w.t kepada hamba-hamba-Nya. Kelahirannya seumpama kain putih bersih daripada noda dan kekotoran duniawi. Justeru, yang mencorakkan warna-warnanya adalah ibu bapa sendiri. Anak memainkan peranan yang penting untuk menjadikan suasana yang harmoni dalam keluarga. Ibu bapa perlulah memberi didikan yang sempurna kepada anak-anaknya sama ada ilmu duniawi dan ilmu ukhrawi. Dengan didikan yang sempurna ini, anak-anak dapat memikirkan perkara yang baik dan buruk, seterusnya mentaati ibu bapanya yang melahirkannya ke dunia. Menuntut ilmu juga adalah peranan yang perlu dilakukan oleh setiap anak dari keluarga yang cemerlang. Ilmu yang perlu dituntut bukan hanya ilmu keduniaan seperti sains dan matematik, bahkan juga ilmu akhirat seperti akidah, ilmu feqah dan tasawwuf. Anak-anak yang memperolehi kedua-

dua ilmu itu sudah tentu dapat menseimbangkan antara ibadat khusus dan pekerjaan supaya antara kedua-duanya tidak diabaikan.

Anak-anak yang soleh pastinya anak yang sentiasa mendoakan kebaikan kepada ibu bapa sama ada yang masih hidup atau sudah mati. Rasulullah s.a.w pernah bersabda bahawa apabila matinya anak Adam maka terputus amal ibadatnya kecuali tiga perkara, pertama : ilmu yang bermanfaat, kedua : sedekah jariah dan ketiga : doa anak-anak yang soleh. Jelaslah bahawa peranan anak-anak yang soleh yang mendoakan kesejahteraan kepada ibu bapanya amat penting bagi menjamin ibu bapanya sentiasa hidup bahagia, sejahtera dan diredhai Allah s.w.t di dunia dan akhirat.

Satu lagi peranan bagi seorang anak untuk mewujudkan keluarga cemerlang ialah menjaga nama baik keluarga. Anak yang soleh pastinya anak yang sentiasa berkelakuan baik walau di mana sahaja dia berada. Apa yang dilakukan adalah berlandaskan ajaran Islam yang suci walau dalam apa bidang yang diceburi. Anak-anak yang soleh tidak mudah terjebak ke lembah kehinaan seperti penyalahgunaan dadah, seks bebas dan sebagainya yang boleh memberi aib kepada ibu bapa dan keluarganya apatah lagi mengganggu gugat keharmonian negara.

Keluarga yang cemerlang bukan hanya diperolehi hasil dari hubungan antara anggota keluarga sahaja malahan hubungan dengan jiran sekeliling. Perhubungan kejiiran yang intim dapat diwujudkan bermula dengan berbual-bual mesra antara satu sama lain. Keluarga yang cemerlang bukan sahaja mewujudkan suasana yang harmoni di dalam keluarga bahkan keharmonian tersebut dapat dikongsi bersama sesama jiran. Sikap dan amalan yang negatif seperti mengumpat, hasad dengki, menyakiti jiran, menabur fitnah, mementingkan diri sendiri, anti sosial dan sebagainya, tidak ada dalam kamus keluarga cemerlang. Setiap anggota keluarga bermula dari ibu bapa sehingga anak-anak adalah sama-sama bertanggungjawab mewujudkan suasana harmoni sesama jiran.

Secara umumnya dapatlah ditegaskan di sini bahawa institusi keluarga merupakan unit masyarakat yang paling kecil yang menjadi titik tolak ke arah pembentukan sebuah masyarakat yang lebih besar dan seterusnya membentuk sebuah negara. Mendirikan rumahtangga atau membentuk sebuah keluarga cemerlang merupakan satu tuntutan Islam dan sempurnanya separuh agama.

Program *Rumahku Syurgaku* diadakan untuk mengajak dan memandu masyarakat bagaimana untuk mewujudkan sebuah keluarga yang harmoni, aman damai dan cemerlang. Tidak dapat dinafikan wujudnya percanggahan pendapat dan perselisihan kecil. Namun, berbekalkan iman dan takwa yang mantap, pasti fenomena berkeluarga sedemikian dapat diatasi dan dikawal dengan baik.

Oleh itu, bagi mengatasi kemurungan dikalangan anak-anak, berhijrahlah diri dari sikap yang buruk dan pengaruh jahiliyah kepada acuan Islam yang pastinya memandu kita mewujudkan keluarga Islam yang harmoni lagi cemerlang dan berpeganglah kepada al-Quran dan Sunnah sebagai petunjuk hidup kita. Kikislah minda yang tidak bersesuaian dengan agama agar hidup kita akan diredhai oleh Allah dan mendapat keampunan-Nya.

5.2.2 Faktor Persekitaran

Selain daripada faktor keluarga, faktor persekitaran juga memainkan peranan signifikan dalam menyumbang kepada fenomena kemurungan dalam kalangan pelajar. Hasil analisis menunjukkan bahawa daripada ketiga-tiga faktor yang terlibat, faktor persekitaran merupakan faktor penyumbang yang paling utama. Faktor persekitaran ini melibatkan elemen keluarga, rakan-rakan, guru, persekitaran sekolah dan persekitaran komuniti.

Rakan merupakan golongan yang paling hampir dengan seseorang pelajar semasa berada di sekolah kerana sebahagian kehidupan pelajar banyak dihabiskan bersama pelajar sama ada di dalam kelas mahupun di luar waktu persekolahan. Pelajar yang merupakan golongan remaja ataupun yang sedang mengalami peralihan kehidupan daripada fasa kanak-kanak kepada remaja sentiasa memerlukan kawan dan menjadikan kawan sebagai sumber rujukan. Bagi mereka, apabila ramai kawan yang menerima kehadiran mereka, mereka akan berasa seperti dihargai dan mempunyai rasa kekitaan.

Namun, sebaliknya akan berlaku apabila pelajar yang tidak mempunyai ramai kawan sama ada tidak pandai bergaul mahupun tidak diterima atau disingkirkan daripada

kawan-kawan akan berasa tersisih. Akibatnya, mereka lebih suka menyendiri dan menjauhkan diri daripada kawan-kawan. Keadaan ini yang berlanjutan membawa kepada sikap pelajar yang pendiam, pasif dan mengalami kemurungan.

Guru juga boleh menjadi sumber kepada kemurungan pelajar sama ada secara langsung ataupun tidak langsung. Guru sebagai jambatan ilmu yang bertanggungjawab dalam menyampaikan ilmu pengetahuan dan kemahiran kehidupan kepada para pelajar. Bagaimanapun, terdapat segelintir guru yang alpa dengan kewujudan kepelbagaian dan keunikan pelajar diajarnya. Guru yang terlalu mementingkan pencapaian akademik sudah pasti memberikan lebih tumpuan kepada pelajar yang berkebolehan tinggi. Malangnya, pelajar yang kurang berkebolehan kadangkala terabai dan seperti dianaktirikan di dalam kelas. Penyisihan yang berlaku ini menyebabkan pelajar berasa tidak dihargai kewujudan mereka. Selain itu juga, pelajar akan berasa hilang minat untuk belajar kerana tidak mendapat sokongan daripada guru yang sepatutnya menjadi dorongan belajar. Akibat daripada hilangnya motivasi diri pelajar, maka terjadilah situasi kemurungan.

Maka Peranan guru adalah amat penting bagi **mengatasi kemurungan** dikalangan pelajar.. Guru adalah pendidik, pembimbing dan pendorong. Dia juga penyampai ilmu, penggerak dan penasihat. Ini bermaksud, guru atau pendidik mempunyai tugas dan tanggungjawab yang mencabar, kepentingan peranan guru itu memang tidak dapat dinafikan kerana boleh dikatakan setiap ahli masyarakat pada zaman ini melalui pendidikan yang diberikan oleh guru.

Islam meletakkan tugas sebagai guru yang melaksanakan tugas tarbiyah adalah ditempat yang sungguh mulia, seluruh masa yang digunakan dikira sebagai ibadah, setiap langkah dari rumah ke sekolah dan pulang kerumah dari sekolah akan mendapat satu pahala dan dihapuskan satu dosa, menyampaikan ilmu secara hikmah dan ikhlas semata-mata kerana Allah merupakan jihad yang paling tinggi pada pandangan Islam seperti mana yang dituntut dalam syariat Islam.

Firman Allah s.w.t. maksudnya : “Serulah ke jalan Tuhanmu (wahai Muhammad) dengan hikmat kebijaksanaan dan nasihat pengajaran yang baik, dan berbahaslah dengan mereka (yang engkau serukan itu) dengan cara yang lebih baik”.(Surah al-Nahl ayat 125)

Dalam Islam terdapat 4 martabat guru atau pendidik iaitu:

- 1- Mudarris : yang bermaksud guru yang hanya mengajar mata pelajaran kemahiran mereka sahaja.
- 2- Mu'allim : yang bermaksud guru yang tidak hanya mengajar mata pelajaran mereka tetapi turut menyampaikan ilmu-ilmu lain.
- 3- Mursyid : yang bermaksud guru yang menyampaikan ilmu dan menunjukkan jalan yang benar.
- 4- Murabbi : yang bermaksud guru yang mendidik, memelihara, mengasuh, mentarbiyyah anak didiknya menjadi manusia yang berilmu, bertaqwa dan beramal soleh.

Sebagai seorang guru yang beriman dan bertaqwa keempat-empat ciri di atas hendaklah fahami dan dihayati di dalam kehidupannya sebagai pendidik terutama ciri keempat iaitu mendidik, memelihara, mengasuh, mentarbiyyah anak didiknya menjadi manusia berilmu, bertaqwa dan beramal soleh. Jika tugas ini dapat direalisasikan dalam pendidikannya maka kedudukannya sungguh mulia dan akan duduk berdekatan dengan Nabi s.a.w di hari akhirat nanti.

,

Peranan guru dalam mendidik masyarakat amatlah besar dan luas. Antaranya ialah:

- 1- Menyampai aqidah dan keimanan yang tulen untuk menghidupkan hati dan menghubungkan manusia dengan Allah, meyakinkan pertemuan dengan Allah, mengharapkan rahmatNya dan takutkan siksaanNya.
- 2- Menyampaikan ilmu pengetahuan dan kemahiran meliputi fardhu ain dan fardhu kifayah yang menjadi asas ubudiyah (pengabdian diri kepada Allah), hubungan harmoni sesama manusia dan alam.
- 3- Membentuk akhlak atau peribadi mulia supaya menjadi contoh tauladan kepada orang lain.

Sehubungan dengan itu, marilah kita sama-sama menghayati nasihat Luqman Al-Hakim sebagaimana yang digambarkan oleh Al-Quran:

من ذلك إن ما أصابك على واصبر المنكر عن وانه بالمعروف وأمر الصلوة أقم بيني
الأمور عزم

Maksudnya: “Wahai anakku! Dirikanlah Solat (sembahyang), dan suruhlah berbuat baik serta cegahlah kemungkaran dan bersabarlah atas segala bala bencana yang menimpa kamu, sesungguhnya yang demikian itu adalah dari perkara-perkara yang dikehendaki diambil berat melakukannya”. (Surah Luqman : Ayat 17)

Sabda Rasulullah Sollallahu `alaihi wasallam:

رعيته عن مسئول وكلكم راع كلكم

Maksudnya: “Setiap kamu adalah penjaga (pemimpin) dan setiap kamu ditanya berkaitan dengan tanggungjawabnya”. (Hadis Riwayat Al-Bukhari)

Untuk mengelakkan gejala sosial daripada merebak dan terus melanda masyarakat kita, maka adalah menjadi tugas dan tanggungjawab guru di sekolah perlulah menanamkan asas aqidah Islam dan keimanan kepada Allah s.w.t. Bentuklah jiwa para pelajar supaya berakhlak dengan akhlak Islam dan takut kepada azab Allah s.w.t jika melakukan maksiat dan kemungkaran.

Semua guru-guru samaada guru agama atau guru akademik perlu memainkan peranan yang berat ini dan jangan jemu-jemu menasihati, mendidik, membentuk dan mengasuh jiwa para pelajar dengan nasihat yang baik. Guru pula perlulah membawa syaksiah Islam dan akan menjadi contoh dan ikutan para pelajarnya.

Kasihaniilah anak-anak didik kita ini dengan tutur kata yang lemah lembut kerana fitrah manusia suka kepada kelembutan. Anggaplah mereka semua seperti anak kita sendiri dekatilah mereka yang bermasalah dengan penuh kasih sayang seperti seorang ibu yang mengasihi anak-anaknya.

Selain daripada guru-guru yang mengajar di sekolah ibu bapa juga perlulah mengambil tanggungjawab bersama guru untuk memikul tugas yang besar dan berat ini dan meneruskan pendidikan di rumah pula. Pihak sekolah pula perlu memperbanyakkan

aktiviti-aktiviti ko kurikulum yang menjurus kepada insan beriman dan bertaqwa iaitu dengan menganjurkan kem motivasi, smart solat, khemah Ibadah, qiyamulail, kelas hafazan, tazkirah ,kuliah agama dan group usrah di waktu-waktu cuti atau hujung minggu.

Hujjatul Islam Al-Imam Al-Ghazali dalam kitabnya Ihya' Ulum Ad-Diin menjelaskan supaya kita mengambil berat terhadap pendidikan anak-anak, dengan mengajar Al-Quran, Hadis-hadis Nabi Sollallahu `alaihi wasallam, sejarah para sahabat r.a dan para solehin, hukum-hukum agama dan termasuk juga pendidikan jasmani di sekolah-sekolah.

Antara perkara asas yang mesti diberi perhatian dan penekanan ialah:

- 1- Mendidik anak dan remaja menunaikan solat secara berterusan. Sabda Rasulullah Sollallahu `alaihi wasallam:

وفرقوا عشر أبناء وهم عليها واضربوهم سنين سبع أبناء وهم بالصلاة أولادكم مروا
المضاجع في

Maksudnya: “ Suruhlah anak-anak kamu mengerjakan solat apabila mereka mencapai umur 7 tahun dan pukullah mereka apabila mereka mencapai umur 10 tahun serta pisahkan di antara mereka tempat tidur ”.(Hadis Riwayat Abu Daud dan Al-Hakim)

Berkata Sayyidina Ali Kararamallahu wajhah:

وأدبوهم الخير وأهليكم أولادكم علموا

Maksudnya: “Ajarlah anak-anak kamu dan ahli rumahtangamu kebaikan dan perbaikilah adab sopan mereka ”.

- 2- Mempamerkan tingkah laku dan tauladan yang baik. Firman Allah taala:

وذكر الآخر واليوم الله يرجوا كان لمن حسنة أسوة الله رسول في لكم كان لقد
كثيرا الله

Maksudnya: “Demi sesungguhnya adalah bagi kamu pada diri Rasulullah SAW itu contoh ikutan yang terbaik iaitu bagi sesiapa yang sentiasa mengharapkan (keredhaan) Allah taala dan (balasan baik) hari Akhirat, serta ia pula menyebut dan mengingat Allah banyak-banyak (di dalam masa Sedih dan Senang)”. (Surah Al-Ahzab:Ayat 21)

Marilah kita sama-sama berusaha menjayakan matlamat pendidikan untuk melahirkan pelajar dan masyarakat yang beriman, berilmu , bertaqwa dan berketerampilan, yang dapat menyumbang kepada pembangunan agama, masyarakat dan negara.

Masyarakat yang ingin kita bina ialah masyarakat Islam yang berwawasan, bercita-cita luhur dan murni, bekerjasama, adil dan bertanggungjawab sesama insan.

Guru membawa misi penyempurnaan akhlak, sebagaimana misi diutusnya Rasulullah Muhammad s.a.w . Nabi sendiri dengan tegas pernah bersabda: "Innama buitstu liutammima makaarima al-akhlaq, artinya sesungguhnya aku diutus adalah untuk menyempurnakan akhlak (manusia)."

Maka tidak salah jika ahli tafsir mengatakan bahwa posisi guru setingkat di bawah Nabi, sebagaimana yang ia pahami dalam sabda Nabi s.a.w., : "Al-Ulama'u waratsatu al-Anbiya', (Ulama [menurutnya termasuk guru] adalah pewaris para Nabi).

Guru yang menyampaikan ilmunya adalah berupa ilmu yan bermanfaat, jika ilmu tersebut di amalkan berterusan hingga ke hari kiamat maka walaupun ia telah kembali ke alam barzakh maka pahalanya akan berterusan diperolehi.

Perhatikanlah hadis Nabi s.a.w. yang bermaksud : "Apabila seorang anak Adam itu meninggal dunia, maka terputuslah amalannya kecuali tiga perkara iaitu sedekah jariah, ilmu yang bermanfaat dan do'a anak soleh yang mendoakannya (Hadith Riwayat Muslim)

5.2.3 Faktor Sosial

Kebimbangan umum merupakan kebimbangan normal yang dihadapi oleh orang awam dalam kehidupan seharian mereka. Rapee (1991) di dalam Azizi (2006) menyatakan kecelaruan jenis ini dikaitkan dengan ciri-ciri seperti bimbang pada suasana kehidupan kewangan, anak-anak dan hubungan sosial. Penghidap juga berasa seolah-

olah terapung-apung sebagaimana yang dijelaskan oleh Freud, kanak-kanak yang menghidap kecelaruan ini selalunya bimbang pada prestasi akademik, sukan dan aspek-aspek sosial persekolahan yang lain.

Salah satu ciri yang berkait dengan kebimbangan adalah mudah letih, sukar menumpukan perhatian, fikiran menjadi buntu, otot-otot menjadi tegang dan mengalami gangguan tidur (APA, 1994). Dan lagi, selalunya kebimbangan umum ini melibatkan perasaan resah, bimbang dan gangguan fizikal yang kemudiannya menyebabkan gangguan emosi seperti ketegangan. Feldman, R.S (1990) membincangkan bahawa sesetengah individu yang mengalami masalah kebimbangan sosial ini tidak mempunyai masalah berinteraksi dengan individu lain. Tetapi apabila mereka dikehendaki melakukan sesuatu tugas di hadapan individu lain, tahap kebimbangan mereka akan memuncak dan fikiran mereka berfokus kepada kemungkinan melakukan suatu kesalahan yang akan memalukan diri mereka. Sesetengah individu yang menghadapi masalah ini pula akan menghadapi kesusahan dan merasa teramat malu dan takut untuk berinteraksi dengan individu lain sehinggakan mereka tidak dapat mengikuti perbualan dengan sempurna.

Terdapat tiga faktor yang menyebabkan berlakunya masalah kebimbangan sosial ini. Pertama, individu mewarisi 'ketidakupayaan biologi'. Individu seperti ini secara biologi akan cenderung untuk menjadi pemalu dalam situasi sosial. Kedua, individu cenderung untuk mendapat serangan panik semasa menghadapi tekanan yang melibatkan situasi sosial. Oleh itu, individu tersebut menjadi semakin cemas tentang kemungkinan mendapat serangan panik dalam situasi sosial akan datang. Ketiga, sesetengah individu mungkin pernah mengalami sesuatu kejadian yang memalukan dalam situasi sosial. Oleh itu mereka menjadi terlazim untuk mengalami peningkatan kebimbangan dalam situasi yang seumpama dengannya.

Oleh itu bagi mengatasi kemurungan daripada faktor sosial ini, Mutiara Islam menyeru kepada para remaja dan belia kita, agar menyedari bahawa mereka adalah harapan keluarga dan negara. Jika mereka menjalankan tanggungjawab sebagai belia Islam yang dinamik, maka masyarakat kita dan negara akan menjadi lebih maju lagi.

Akan tetapi jika mereka lebih mementingkan keseronokan dan hiburan sehingga lalai dari tanggungjawab, maka masyarakat dan negara kita akan menjadi lemah.

Sebagai pelajar Muslim, kita mempunyai empat tanggung-jawab:

1. Pelajar muslim mestilah sedar bahawa waktu remaja bukanlah untuk berseronok semata-mata, tetapi waktu tersebut mestilah diisi dengan mencari ilmu pengetahuan dan menghayati ugama Islam. Jadikan waktu tersebut sebagai persiapan untuk menghadapi masa hadapan apabila kita semakin tua kelak.
2. Pelajar muslim tidak harus mudah terpedaya dengan unsur-unsur negatif. Ambillah budaya yang baik dari sesiapun dalam mencari dan meningkatkan ilmu. Tetapi kekalkan akhlak dan cara kehidupan orang Islam. Para pelajar akan menjadi orang yang paling disegani dan dihormati kelak serta akan berjaya di dunia dan di akhirat, insya Allah.
3. Sebagai seorang pelajar, janganlah menghabiskan masa berkhayal dengan perasaan cinta dan mencari pasangan. Ia tidak membawa banyak hasil. Malah masa yang berharga yang sepatutnya dihabiskan dengan mencari ilmu atau menyumbang kepada masyarakat.
4. Hormatilah ibu bapa kita, walaupun pada pandangan kita mereka tidak memahami jiwa dan perasaan kita. Sesungguhnya, ibu bapa adalah pintu syurga. Sekiranya kita tidak bersetuju dengan mereka maka katakanlah dengan nada yang lembut dan sopan, bukan dengan membentak dan menunjukkan marah.

Firman Allah s.w.t dalam surah Al-Isra', ayat 23 ertinya:

“Dan Tuhanmu telah menentukan agar kamu jangan menyembah melainkan Allah dan hendaklah kamu berbuat baik dengan mereka. Jika salah seorang dari mereka atau kedua-dua mereka telah mencapai umur tua, maka janganlah berkata kasar kepada mereka, akan tetapi ucapkan kepada mereka dengan ucapan yang baik dan lembut.”

5.3 Cadangan Kajian

Daripada perbincangan hasil kajian yang telah dijelaskan, berikut ingin dicadangkan beberapa alternatif dalam usaha mengatasi dan mengawal masalah kemurungan dalam kalangan pelajar sekolah.

- i. Semua pihak termasuk ibu bapa, rakan-rakan dan guru perlu peka dan mengenalpasti sama ada terdapat anak-anak, rakan-rakan atau pelajar di sekolah yang mengalami kemurungan. Hal ini dapat dilakukan dengan memerhatikan sama ada seseorang itu menghadapi simptom-simptom kemurungan seperti sentiasa bersedih, menyendiri, tidak selera makan, mahupun bertindak agresif seperti cepat marah, panas baran dan sering terbabit dengan pergaduhan kerana ingin mendapatkan perhatian. Dekan Jabatan Psikiatri dan Psikoterapi Fakulti Perubatan Universiti Putra Malaysia (UPM), Profesor Dr. Azhar Md. Zain berkata, meskipun agak sukar dikesan, namun ibu bapa sebagai orang paling hampir dengan pesakit harus mengenal pasti simptom kemurungan pada anak mereka. Secara spesifiknya lagi, antara simptom kemurungan yang lain adalah seperti berikut:
 - a) Kesedihan atau 'kekosongan' perasaan yang berpanjangan
 - b) Hilang minat atau keseronokan terhadap hobi dan aktiviti-aktiviti lain yang biasanya mendatangkan keseronokkan
 - c) Cepat rasa letih dan tidak bertenaga
 - d) Perasaan pesimistik dan mudah berputus asa
 - e) Perasaan bersalah dan tidak berguna
 - f) Gangguan tidur, bangun terlalu awal atau berlebihan tidur
 - g) Rasa tidak tenteram dan mudah marah
 - h) Kurang daya tumpuan, sukar membuat keputusan

- i) Simptom-simtom fizikal seperti sakit kepala, sakit-sakit badan dan gangguan penghadaman

- ii. Semua pihak perlu tahu kesan buruk kemurungan agar dapat mengawal diri daripada tidak terjebak ke situasi tersebut. Antara kesan buruk yang perlu ditekankan adalah kemurungan boleh membawa kepada kecederaan diri, membunuh diri, penglibatan dengan dadah, alkohol dan bertindak ganas.

- iii. Semu pihak perlu bertanggungjawab akan setiap sumber yang berpotensi kepada kemurungan seperti tekanan persekitaran, peperiksaan, masalah keluarga atau dengan rakan-rakan di sekolah. Usaha yang boleh dilakukan adalah guru di sekolah tidaklah terlalu menekan pelajar untuk mencapai kecemerlangan akademik sehingga mengabaikan perasaan pelajar khususnya kepada mereka yang kurang berkebolehan. Selain itu, ibu bapa janganlah terlalu memperlihatkan masalah peribadi yang dihadapi sehingga menyebabkan pelajar rasa tidak selesa untuk berada di rumah. Akhir sekali, pelajar di sekolah seharusnya perlu bijak bergaul dan memilih kawan yang dapat menjadi dorongan untuk Berjaya dalam hidup dan menjauhi kumpulan pelajar yang tidak bermoral kerana dikhuatiri akan membawa kepada masalah sosial yang lebih teruk.

- iv. Bagi pelajar pula, sekiranya mereka mengalami dan menyedari akan kehadiran simptom-simptom kemurungan dalam diri mereka, perkara berikut perlulah diambil kira sebagai langkah kawalan:
 - a) Dapatkan bantuan segera apabila sedar berlaku salah satu simpton di atas. Jangan tunggu sehingga semua simpton tersebut berlaku. Keadaan mungkin akan lebih sukar untuk dipulihkan. Bertemu dengan pakar perubatan, psikoterapis , kaunselor atau orang-orang yang berkebolehan membantu
 - b) Sentiasa hargai, sayangi, dan jaga diri sendiri. Bantulah diri sebaik mungkin dengan mendekatkan diri kepada Allah, pasrahkan diri dan redha dengan ketentuanNya.

- c) Elakkan bersendirian. Berhubunglah dengan rakan taulan dan saudara-mara yang boleh kita harapkan. Jika harus bersendirian banyakkkan ibadat dan mengingati Allah dengan berzikir.
- d) Kuatkan semangat dengan mengingatkan diri terhadap tanggungjawab kita kepada orang lain. Pada keluarga, rakan taulan, rakan sekerja, dan orang – orang lain yang memerlukan kita. Jika kita terperangkap dengan kemurungan, ia akan memberi kesan kepada mereka.
- e) Membaca buku-buku yang boleh membina semangat dan motivasi diri
- f) Jangan menyalahkan diri dan menghukum diri kerana kelemahan yang berlaku.
- g) Libatkan diri dalam aktiviti-aktiviti yang membuatkan anda rasa selesa dan tenang.
- h) Tingkatkan kesihatan diri dengan mengambil makanan yang sihat dan teratur.

5.3.1 Cadangan mengatasi kemurungan didalam pendekatan Islam

Mengikut pendekatan Islam, hadis Nabi Muhammad S.A.W dari (Imam An-Nawawi dan Al-Qasthalani, Kumpulan Hadith Qudsi.) untuk mengatasi masalah kemurungan ini ia menggalakkan umatnya terutamanya sekolah-sekolah agama digalakkan sering mengadakan aktiviti qiamulil bersama ibubapa iaitu bangun malam supaya pelajar-pelajar dan ibubapa serta guru-guru sama-sama istiqamah menghampirkan diri dengan Allah s.w.t. seterusnya mendapat hidayah daripada Allah s.w.t.

Rasulullah SAW bersabda:

“Hendaklah kamu melakukan qiamullail, kerana qiamullail adalah kebiasaan orang-orang yang soleh sebelum kamu, kerana qiamulail mendekatkan diri kepada Allah, mencegah daripada dosa, menghapuskan kesalahan-kesalahan dan menghalau penyakit dari tubuh “. Dalam hadis ini Rasulullah menerangkan bahawa qiamullail menjadi amalan kebiasaan orang-orang yang soleh.

Diriwayatkan oleh Aisyah r. h. bahawa Rasulullah s.a.w. bersabda:

“ Tidak seorangpun bersembahyang malam kemudian tertidur kecuali Allah tuliskan baginya pahala sembahyangnya dan tidur itu sebagai sedekah baginya”.

Rasulullah s.a.w. bersabda:

“ Sesungguhnya Abdullah adalah seorang yang soleh jika dia membanyakkan sembahyang pada waktu malam”.

Hadis selanjutnya diriwayatkan oleh Abu Hurairah bahawa Rasulullah s.a.w. bersabda:

“ Puasa yang paling utama setelah Ramadan ialah puasa pada bulan Allah , ia itu bulan Muharram. Dan sembahyang yang paling utama untuk dikerjakan selain sembahyang wajib ialah sembahyang malam”.

Begitu juga dalam hadis yang lain yang diriwayatkan oleh Abu Hurairah , Rasulullah s.a.w. bersabda:

“ Perbaguskanlah ucapanmu, sebarikanlah salam, sambunglah silaturrahim dan sembahyanglah pada waktu malam ketika orang lain sedang tidur, kemudian kamu akan masuk syurga dengan penuh kedamaian”.

Keistimewaan orang-orang yang menghidupkan malam dengan qiamullail dan bersolat serta memohon keampunan kepada Allah akan disediakan satu bilik khas dalam syurga seperti mana sabda Rasulullah s.a.w. :

“ Sesungguhnya di syurga terdapat bilik yang bahagian luarnya boleh dilihat dari dalam, dan bahagian dalamnya boleh dilihat dari luar. Allah menyediakannya bagi orang yang memberikan makanan, memperhaluskan ucapan dan selalu berpuasa serta sembahyang malam ketika orang lain sedang tidur”.(Riwayat Abdullah bin Umar r.a.).

Qiamulail merupakan ibadah yang dapat membuka hati ,memperkuatkan hubungan, mempermudah urusan, memancarkan cahaya, penuh dengan kemuliaan,

hiburan, rehat, dan ketenangan. Rasulullah SAW ketika dipilih oleh Allah memegang tugas yang berat dan sukar, Allah SWT menyarankan agar baginda mengerjakan solat malam seperti yang tercatat dalam surah Muzammil ayat 1-5 yang bermaksud:

“ Wahai orang yang berselimut, bangunlah (untuk bersembahyang) pada waktu malam, kecuali sedikit (daripadanya) pada waktu malam atau lebih daripada seperdua itu. Dan bacalah Alquran dengan tartil. Sesungguhnya Kami akan menurunkan kepada mu perkataan yang berat”.

Oleh itu Qiamulalil boleh mengatasi kemurungan kerana:

i. Qiamulalil menjauhkan panjang angan-angan

Orang yang mampu melakukan qiamulail adalah individu yang kuat keazamannya dan tidak berada dalam angan-angan. Individu tersebut mempunyai kemahuan yang tinggi, demi mengejar kebaikan yang tersembunyi dalam qiamulail tersebut yang amat berguna kepada kehidupan umat dan kehidupan da'i. Orang yang tidak panjang angan-angan akan mempunyai semangat daya saing yang tinggi serta kekuatan jiwanya terpancar dari kejernihan wajahnya. Diri mereka terhindar dari sikap suka berkhayal dan mengeluh. Inilah yang dikatakan jiwa yang merdeka. Bagi mengelakkan dari panjang angan-angan umat Islam perlu membersihkan hati dengan taubat, melunakkan telinga dengan zikir, serta menenangkan perasaan dengan bacaan Al-Quran. Semua ini dilakukan dengan ikhlas tanpa paksaan, di samping sanggup bangun meninggalkan kehangatan tempat tidur, membersihkan diri dengan berwuduk dan melakukan ibadah sampai ke hujung malam dengan penuh khusyuk dan cucuran air mata. Syeikh Hasan Al-Bana berkata “ detik-detik malam sangat berharga, maka janganlah memurahkannya dengan kelalaian” (AtrizaUmar, 2010, dalam Pahlawan Islam Kontemporari, ms 47).

ii. Qiamullail Membersihkan Jiwa

Allah s.w.t. berfirman: “ Sesungguhnya beruntunglah orang yang mensucikan jiwanya.” (As- Syamsy ayat 9). Dari ayat ini Allah bersumpah bahawa kemenangan itu terletak pada penyucian jiwa. Inilah yang dikatakan penyucian Nabawiyah yang dikatakan oleh

Rasulullah dan merupakan penyucian Rabbaniyah yang dituntut penerapannya dalam kalangan ulama. Orang-orang yang menyimpang dari jalan Allah, hati mereka akan menjadi keras , bahkan boleh menjadikan mati hati orang lain dari melihat mereka. Orang yang begini akan dipayahkan oleh Allah dalam urusan mereka.

iii. Qiamulalil Menambah kesihatan

Kajian Dr.Salwa Muhammad Rusydi, yang bertajuk” Sembahyang Tarawikh dan pengaruhnya terhadap kelenturan Tulang Belakang dan kemampuan kerja jantung pada usia enam puluh tahun ke atas mendapati bahawa wujudnya perbezaan yang signifikan di antara orang-orang yang terus menerus mengerjakan sembahyang tarawikh dan yang tidak mengerjakannya pada tingkat kelenturan tulang belakang dan pada kemampuan jantung mereka.(Majalah AL-I’tisham,edisi 4 & 5 keluaran November /Disember 1980).

Kajian Dr. Salwa ini menyokong Hadith nabi yang diriwayatkan dari Abu Hurairah r.a. bahawasanya Rasulullah bersabda:

“ Syaitan mengikat leher kamu ketika kamu tidur dengan tiga ikatan. Syaitan menepuk setiap ikatan dengan berkata “engkau masih mempunyai malam yang panjang, kerana itu tidurlah”. Jika orang tersebut bangun, lalu zikir kepada Allah maka satu ikatan terlepas. Jika orang tersebut berwuduk, maka satu ikatan lagi terlepas. Jika orang tersebut sembahyang, maka ikatan terakhir terlepas, lalu pada pagi harinya orang tersebut berada dalam keadaan yang sihat dan berjiwa baik. Jika dia tidak melakukannya (zikir, wuduk dan sembahyang) maka pada pagi hari dia berjiwa buruk dan malas.” (riwayat Bukhari, Muslim, An- Nasa’i, Ibnu Majah, dan Iman Ahmad)

Begitu juga dalam hadis lain Rasulullah s.a.w. bersabda :

“ Hendaklah kamu melakukan qiamullail kerana qimullail adalah kebiasaan orang-orang soleh sebelum kamu sebab qiamullail mendekatkan diri kepada Allah, mencegah dari dosa, menghapuskan kesalahan-kesalahan, dan menghalau penyakit dari tubuh” (Riwayat At-Tarmizi dan Al-Hakim). Berpanduan hadith-hadith yang dinyatakan di atas, dapatlah disimpulkan bahawa qiamullail meningkatkan hubungan seorang hamba

dengan Alla s.w.t. dan menghidupkan ruhiyah, malah qiamullail juga dapat menghalau penyakit dari tubuh badan.

iv. Qiamullail Mencegah Maksiat

Rasulullah s.a.w. telah menjelaskan bahawa qiamullail adalah alat terbaik untuk meninggalkan dosa-dosa dan kemaksiatan.

Abu Hurairah r.a. berkata:

“ Seseorang datang kepada Rasulullah lalu berkata ; sipolan berqimullail tetapi pagi harinya mencuri.”

Nabi s.a.w. bersabda:

Ia akan dicegah dari mencuri dari apa yang ia katakana”. (Riwayat Ahmad dan Al-bazzar).

Allah s.w.t. dalam surah Al-Ankabut ayat 45, yang bermaksud,

“ Sesungguhnya sembahyang itu mencegah dari perbuatan keji dan mungkar.”

Oleh sebab qiamullail itu dilakukan pada malam hari maka orang yang melakukannya hanya orang yang benar-benar ikhlas dan mempunyai keazaman yang kuat. Maka, orang-orang yang mengerjakan sembahyang pada malam hari (yang tidak diketahui oleh manusia lain) sudah tentu qiamullail menjadi bukti kejujuran seseorang dalam menghadapi Allah s.w.t.

Qiamullail yang dikerjakan secara konsisten membuatkan perasaan selalu dipantau oleh Allah s.w.t. (muraqabatullah) dan pelakunya sentiasa membuat muhasabah diri merenung diri sendiri dan kelalaiannya terhadap Allah.

Justeru amalan mengamalkan qiamullail merupakan satu pilihan program intervensi yang berkesan bagi individu yang mengalami kemurungan. Qiamulail juga boleh dijadikan alternatif dalam membantu individu yang menghadapi kemurungan, tekanan dan gangguan emosi pada peringkat awal.

5.4 Cadangan Kajian Lanjutan

Umumnya kajian ini yang ingin melihat faktor keluarga, faktor persekitaran dan faktor sosial sebagai penyebab kepada kemurungan pelajar. Bagaimanapun, memandangkan kajian ini mempunyai skop, batasan dan limitasi tertentu, maka adalah wajar untuk mempertimbangkan perkara berikut untuk dijadikan panduan menjalankan kajian pada masa hadapan.

- i. Meluaskan skop responden dengan melibatkan lebih ramai pelajar sekolah-sekolah yang lain. Dengan meningkatkan bilangan sampel ini, kesahihan dan kebolehpercayaan hasil dapatan adalah lebih baik dan dapat digeneralisasikan kepada sekumpulan populasi yang lebih besar.
- ii. Kaedah analisis data inferensi juga perlu diperluaskan. Dalam kajian ini, hanya analisis deskriptif sahaja dilakukan, Adalah lebih elok untuk melihat hubungan antara faktor kemurungan iaitu hubungan antara faktor persekitaran dan keluarga, faktor persekitaran dan sosial serta faktor keluarga dan sosial secara lebih mendalam.
- iii. Selain itu juga, kaedah kajian juga perlulah dilakukan dengan melibatkan kaedah temubual dan pemerhatian pelajar. Hal ini penting bagi mendapatkan maklumat berkaitan kehidupan pelajar secara lebih terperinci.

5.5 Kesimpulan

Kemurungan adalah gangguan kepada perasaan seseorang. Kemurungan boleh berlangsung lama sehingga berbulan-bulan atau bertahun-tahun. Individu murung

didapati mengalami perubahan dalam kimia otak. Perubahan ini boleh dicetuskan oleh penyakit fizikal, tekanan, kekecewaan atau kesedihan. Selain persekitaran, faktor keturunan juga memainkan peranan didalam menyebabkan penyakit ini. Sindrom kemurungan adalah penyakit seluruh jasad, melibatkan kesihatan badan, perasaan dan fikiran. Ia juga menjejaskan tabiat makan dan tidur, fungsi seharian dan proses berfikir anda. Justeru, sekiranya situasi ini dialami seorang pelajar yang baru meningkat dalam usia remaja maka sudah tentu kelangsungan hidup mereka akan terjejas.

Rakan-rakan, guru dan keluarga boleh membantu dengan memastikan individu yang mengalami kemurungan mendapat pertolongan dan rawatan yang sesuai. Pelajar yang mengalami kemurungan perlulah diberi sokongan emosi, kasih sayang, kesabaran, galakan dan kefahaman. Mereka tidak boleh dianggap sebagai mengada-adakan sakit atau pemalas dan mereka tidak boleh diharapkan untuk sembuh dengan segera. Dengan adanya sokongan dan dorongan seperti ini, pelajar yang mengalami kemurungan pasti dapat dipulihkan seperti biasa dan menjalani kehidupan yang sejahtera seperti orang lain.

Oleh itu sebagai umat Islam, kita kembali kepada asal kejadian kita, daripada mana datangnya kita dan kepada DIA lah (Allah s.w.t) juga kita kembali dan berserah. Sesungguhnya Allah s.w.t Maha Mengetahui apa yang terbaik untuk hambaNYa. Kemungkinan kita tidak menyukai sesuatu namun rupa-rupanya itulah yang terbaik bagi kita. Ingatlah, Allah s.w.t tidak akan membebani hambaNya dengan sesuatu yang tidak mampu hambaNya tanggung. Kembalilah kita pada Rukun Iman yang 6, Percaya kepada QADA' dan QADAR. Amin.....

RUJUKAN

- Asmah Bee, Mohd. Noor. 1979. *Tingkah laku dan masalah seks di kalangan kaum remaja*. Widya, 23 Julai.
- Asmah Bee, Mohd. Noor, 1979. *Kemurungan : Satu pendekatan teori*, *Majalah Psikologi*, Bil. 10 hal. 87-103.
- Beck, 1996. Depression Inventor II . Available at: <http://Marketplacepsychorp.com/Pyscopypsychorp.com/PsychoCprp.com/Cultures/en-US/dotcom>
- Beck, A.T, 1976. *Depression :Cause and treatment*. Philadelphia: University of Pennsylevinia Press
- Corey, G & Corey M.S. 2002. *Groups: Process and pratice*. Sixth Ed. Brooks Cole Thomson Leraning. USA.
- Hassan, Langgulung, 1995. Prof. Dr, *Pendidikan Islam dan Peralihan Paradigmam Selangor*, HIZBI.
- Hassan, Langgulung.1997.*Asas-Asas Pendidikan Islam*. Kuala Lumpur. D.B.P cet. Ke-2
- Hassan, Langgulung ,1983. *Teori-teori Kesihatan Mental:Perbandingan Psikologi Moden dan Pendekatan-pendekatan Pakar-Pakar Pendidikan Islam* . Selangor, Pustaka
- Muhd. Mansor, Abdullah,1996. *Kaunseling: Teori, Proses dan Kaedah* . Selangor, Fajar Bakti cet-2.
- Kamal Abdul Manad (Al_Hakam), Kaunseling isla “*Perbandaingan Antara Amalan dan Teori Kaunseling Barat*”. Utusan Publication dan Distributor Sdn. Bhd.
- M. Darojat Ariyanti , Psikoterapi dengan doa, Jurnal Fakultas Agama Islam,Surakarta.
- Mizan Adiliah. 1998. Kaunseling sekolah dan gejala sosial. Jurnal PERKAMA 7.
- Muhamed Sharif , 1998 Kaunseling Islam, Jurnal Pendidikan, Universiti Teknologi Malaysia. Jilid 4. Bil. 1 April 1998 hal 19-30
- Nordin Tahir. *Teori Perkembangan*. IPG Kampus Ipoh
- Rizal, Abu Bakar, *Kaunseling Daripada Perspektif Islam Apa, Mengapa dan Bagaimana*. 2009. Utusan Publications & Distributors Sdn. Bhd. Kuala Lumpur.
- See Ching Mey dan LeeSlew Siew (2005). *Kemurungan Di Kalangan Pelajar ; Satu Kajian Kes. Jurnal Pendidik dan Pendidikan .Jld.20. 113-129*. USM
- Salasiah Hanim Hamjah, Zainab Ismail, A’sawiyah Ismail, Nadhirah Muhammag Arib, 2011. Kaedah Penerapan Ibadah dalam Kaunseling: Satu Tinjauan Awal. Jurnal, Perkama International Convention.

Syed Hasan Ahmad, Asmah Bee, 2003. Menangani Kemurungan Melalui Kaunseling Berperspektif Islam, Prosiding Seminar Kaunseling Berperspektif Islam.

Wan Abd. Kader & Ismail Abdul Ghani, Dakwah dan Kaunseling Islam, Penerbit Universiti Kebangsaan Malaysia, 2006

Yatimah Sarmani & Mohd. Tajudin Haji Ninggal, 2003, Kaunseling Islam Dalam Membina.

Zainudin Sharif & Norazmah Mohamad Roslan/ Journal of Education Psychology & Counseling (2011)

<http://mutiaraislam.wordpress.com/halaman-utama/bicara-akhlak-2/akhlak-remaja-masa-kini-membimbangkan>

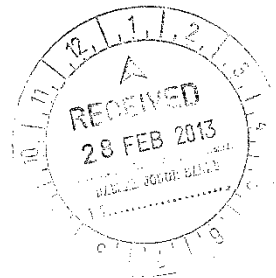
<http://www.ipislam.edu.my>

<http://www.islam.gov.my/en/hijrah-membentuk-keluarga-cemerlang>.

<http://www.facebook.com/note.pnp?>

LAMPIRAN 1

Norhayati Binti Ya'acob
Sekolah Agama Dato' Onn
Larkin,
Johor Bahru.



25 Februari 2013

Pegawai Pendidikan Agama
Daerah Johor Bahru,
Johor.

Tuan,

MOHON KEBENARAN UNTUK KAJIAN KERTAS PROJEK DI SEKOLAH AGAMA DAERAH JOHOR BAHRU.

Dengan segala hormatnya perkara di atas adalah dirujuk.

2. Adalah saya seperti nama di atas, merupakan pelajar dari Universiti Terbuka Malaysia (OUM), dalam bidang pengkhususan Program Sarjana Muda Pengajian Islam (Pengurusan Islam), akan membuat kajian kertas projek dibawah penyeliaan Ustaz Husamuddin Bin Hasbullah dari Kolej Islam Antarabangsa, UIA, Malaysia.

3. Penyediaan kertas projek merupakan sebahagian keperluan untuk pelajar tahun akhir Ijazah Sarjana Muda dalam bidang Pengurusan Islam di mana pelajar dikehendaki membuat kajian dalam bidang yang berkaitan.

4. Sehubungan itu, saya mohon kebenaran untuk membuat kajian di tiga buah sekolah yang berikut:
i. Sekolah Agama FRU 2, Johor Bahru
ii. Sekolah Agama Bandar Baru Uda, Johor Bahru
iii. Sekolah Agama Dato' Onn, Larkin, Johor Bahru.

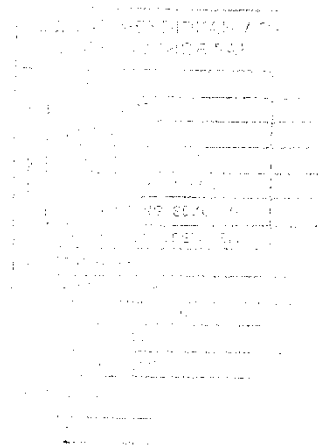
Semoga dalam makluman dan mendapat kerjasama dari pihak tuan.

Sekian terima kasih.

Yang benar,

Yati
(Norhayati Bte Ya'acob)
No. Matrik : 660604015398001

s.k:
Sekolah Agama yang berkaitan.



- *als* -



فجابت فندیدیقن اکام داءیره جوهر بهارو

PEJABAT PENDIDIKAN AGAMA Pegawai Pendidikan Agama: 07-2218195
DAERAH JOHOR BAHRU, Pejabat Am : 07-2228885
Jalan Larkin Perdana, 07-2246758
80200 Johor Bahru, Faks : 07-2221255
Johor Darul Ta'zim E-mail : ppadjb@johor.gov.my

Sila nyatakan rujukan bilangan surat kami
apabila menjawab

Ruj. Tuan :
Ruj. Kami : PPADJB : 010/100 (9)
Tarikh : 04 Mac 2013
21 Rabiul Akhir 1434

Norhayati Binti Ya'acob
Sekolah Agama Dato Onn Jaffar ,
Johor Bahru.

Tuan,

**MOHON KEBENARAN UNTUK KAJIAN KERTAS PROJEK DI SEKOLAH AGAMA
DAERAH JOHOR BAHRU.**

Merujuk kepada perkara yang tersebut di atas.

2. Pihak Pentadbiran Pejabat Pendidikan Agama Daerah Johor Bahru, Johor
tiada apa-apa halangan di atas permohonan tersebut.

3. Walau bagaimanapun, pihak tuan dikehendaki mendapat kebenaran dari Guru
Besar Sekolah berkenaan terlebih dahulu sebelum menjalankan kajian sebagaimana
yang di pohon. Jika didapati pihak tuan telah melanggar peraturan dan syarat-syarat
yang ditetapkan, pihak pentadbiran Pejabat Pendidikan Agama Daerah Johor Bahru
tidak teragak-agak dan berhak untuk menarik semula kebenaran tersebut. Syarat-
syaratnya adalah seperti berikut :

- 3.1 Tidak mencemarkan nama serta reputasi Sekolah Agama Kerajaan Johor.
- 3.2 Mendapat kebenaran dari Guru Besar terlebih dahulu.
- 3.3 Tertakluk kepada syarat-syarat yang dikenakan oleh Guru Besar.
4. Sekian untuk makluman dan tindakan pihak tuan selanjutnya.

' BERKHIDMAT UNTUK AGAMA, BANGSA DAN NEGARA '

(MOHD FAUZI BIN ARSHAD)
Pegawai Pendidikan Agama,
Daerah Johor Bahru

Mlu/ nama kebenaran

LAMPIRAN 2

KAJIAN TERHADAP PELAJAR SEKOLAH-SEKOLAH AGAMA KERAJAAN JOHOR, JOHOR DARUL TA'ZIM, MALAYSIA

Soalan kajian

Bahagian A

Maklumat latar belakang responden

Panduan : sila tandakan \surd diruang yang disediakan

1. Jantina

Lelaki	()
Perempuan	()

2. Pekerjaan bapa

Berniaga	()
Swasta	()
Pegawai kerajaan	()
Pekerjaan sendiri	()

3. Pekerjaan ibu

- | | |
|------------------|--------|
| Berniaga | () |
| Swasta | () |
| Pegawai kerajaan | () |
| Suri rumah | () |

4. Taraf pendidikan bapa

- | | |
|-------------------------|--------|
| Universiti/maktab/kolej | () |
| Sekolah menengah | () |
| Sekolah rendah | () |
| Lain-lain | () |

5. Tempat tinggal

- | | |
|----------------|--------|
| Bandar | () |
| Pinggir Bandar | () |
| Luar Bandar | () |

BAHAGIAN B

Anda dikehendaki memilih satu sahaja daripada jawapan yang diberikan bersesuaian dengan diri anda mengikut skala jawapan yang diberikan di bawah . sila Bulatkan jawapan berkenaan

1. Sangat tidak setuju (STS)
2. Tidak setuju (TS)
3. Tidak pasti (TP)
4. Setuju (S)
5. Sangat Setuju (SS)

BIL	SOALAN	STS	TS	TP	S	SS	
1	Saya rasa diri saya tidak berguna	1	2	3	4	5	
2	Saya rasa kurang semangat	1	2	3	4	5	
3	Saya tidak selera makan	1	2	3	4	5	
4	Saya sering rasa bersalah	1	2	3	4	5	
5	Saya sangat sensitif	1	2	3	4	5	
6	Saya kesunyian	1	2	3	4	5	
7	Saya sangat sedih	1	2	3	4	5	
8	Saya tidak minat belajar	1	2	3	4	5	
9	Saya selalu rasa berdebar-debar	1	2	3	4	5	
10	Saya selalu rasa malu	1	2	3	4	5	
11	Tidur saya selalu tidak nyenyak	1	2	3	4	5	
12	Saya ingin membunuh diri.	1	2	3	4	5	

13	Saya rasa tidak tenteram	1	2	3	4	5	
14	Saya mudah marah	1	2	3	4	5	
15	Saya selalu rasa sakit perut.	1	2	3	4	5	
16	Saya mudah rasa letih	1	2	3	4	5	
17	Saya selalu tidak siap kerja sekolah	1	2	3	4	5	
18	Saya selalu rasa takut.	1	2	3	4	5	
19	Saya tidak yakin pada diri sendiri.	1	2	3	4	5	
20	Saya selalu rasa bosan	1	2	3	4	5	
21	Saya suka duduk seorang diri.	1	2	3	4	5	
22	Saya tidak ada tumpuan dalam kelas	1	2	3	4	5	
23	Saya rasa diri saya semakin kurus.	1	2	3	4	5	
24	Saya tidak percaya pada diri.	1	2	3	4	5	
25	Saya rasa tersisih dari kawan-kawan.	1	2	3	4	5	
26	Saya rasa diketepi oleh keluarga.	1	2	3	4	5	
27	Saya rasa keluarga tidak memerlukan pendapat saya .	1	2	3	4	5	

28	Saya rasa ibu dan ayah tidak sayangkan saya.	1	2	3	4	5	
29	Ibu dan ayah selalu cari salah saya.	1	2	3	4	5	
30	Ibu dan ayah tidak pernah puji saya.	1	2	3	4	5	
31	Ibu dan ayah selalu rendahkan pendapat saya..	1	2	3	4	5	
32	Saya rasa diri saya hina.	1	2	3	4	5	
33	Saya rasa diri saya sangat lemah.	1	2	3	4	5	
34	Saya selalu menangis seorang diri.	1	2	3	4	5	
35	Ibu bapa saya bersifat tidak adil terhadap saya.	1	2	3	4	5	
36	Saya malas pergi sekolah agama	1	2	3	4	5	
37	Saya sering melayari facebook berjam-jam.	1	2	3	4	5	
38	Saya tidak suka berkawan.	1	2	3	4	5	
39	Saya sering rasa bimbang yang amat sangat.	1	2	3	4	5	

40	Saya selalu rasa cemas	1	2	3	4	5	
41	Saya rasa risau dan runsing.	1	2	3	4	5	
42	Saya rasa saya tak pandai belajar macam orang lain	1	2	3	4	5	
43	Saya mudah tersinggung.	1	2	3	4	5	
44	Saya sering lewat ke sekolah	1	2	3	4	5	
45	Saya rasa saya disingkir oleh keluarga.	1	2	3	4	5	
46	Ibubapa tidak pernah bertanya apa yang saya mahukan.	1	2	3	4	5	
47	Saya disanyangi ibu bapa	1	2	3	4	5	
48	Saya dihargai oleh ibubapa	1	2	3	4	5	
49	Saya pandai macam orang lain	1	2	3	4	5	
50	Saya selalu dipuji oleh ibubapa	1	2	3	4	5	
51	Saya selalu dipuji oleh guru	1	2	3	4	5	
52	Saya disayangi oleh guru	1	2	3	4	5	

53	Saya gembira apabila berada di sekolah	1	2	3	4	5	
54	Saya mempunyai ramai kawan	1	2	3	4	5	
55	Saya suka berterus terang	1	2	3	4	5	
56	Saya suka belajar	1	2	3	4	5	
57	Ibubapa saya sudi mendengar pendapat saya	1	2	3	4	5	
58	Saya suka bertanya kepada guru	1	2	3	4	5	
59	Saya suka memberi pendapat dalam kelas	1	2	3	4	5	
60	Saya suka bertanya kepada kawan-kawan	1	2	3	4	5	
61	Saya suka bertanya kepada ibubapa	1	2	3	4	5	
62	Saya suka makan	1	2	3	4	5	
63	Saya suka tidur	1	2	3	4	5	
64	Saya rasa gembira bersama keluarga	1	2	3	4	5	
65	Saya mendapat sokongan ibubapa	1	2	3	4	5	

66	Saya mendapat sokongan guru	1	2	3	4	5	
67	Saya mendapat sokongan kawan-kawan	1	2	3	4	5	
68	Saya suka berfikir perkara buruk	1	2	3	4	5	
69	Saya tidak suka berfikir perkara buruk	1	2	3	4	5	
70	Saya mendapat keputusan cemerlang dalam peperiksaan.	1	2	3	4	5	
		1	2	3	4	5	